

Sfondi përtej ekranit nuk duhet të jetë asnjëherë krejt i errët. Nuk duhet të ketë reflekse në ekran. Kontrasti dhe drita e ekranit duhet të rregullohen në vlera mesatare.Ekrani duhet të jetë rreth 50-60 centimetra larg syve, mundësisht të përdoret filtër për ekranin kundër reflekseve.

Gjatë punës para kompjuterit është mirë që disa herë në orë të shkëputet shikimi për rreth një minutë. Sytë të rrotullohen në ambientin përreth ose të paktën çdo një orë të bëhet një pushim prej 15 minutash./indeksonline/


Phoca PDF