

Эргономика рабочего места программиста

Параметр		Значение
Ионизирующие излучение	Расстояние от экрана	Не менее 30 см
Электромагнитное излучение	Расстояние от экрана	50-70 см
Освещение	Рабочего стола	300-500 ЛК
	Экрана	Более 300 Лк
Шум	Не должен превышать	40 дБ
Микроклимат (тёплое время)	Температура	+22°C
	Влажность	46%
	Давление	750 мм.рт.ст.
Микроклимат (холодное время)	Температура	+19°C
	Влажность	46%
	Давление	750 мм.рт.ст.
Рабочий стол	Расстояние монитора от глаз	600-700 мм
	Высота рабочего стола	680-760 мм
	Высота сиденья	420-550 мм
	Ширина рабочего стола	1200-1400 мм
	Расстояние до клавиатуры	200-400 мм
Продолжительность непрерывной работы	Не более	2 часов