





Voor- en nadelen aangepaste invoermiddelen

Deze invoermiddelen kunnen zonder het risico op RSI te vergroten als alternatief voor de standaardmuis aangeschaft worden.

Naam	Afbeelding	Wanneer	Effect
Pen en tablet		Geschikt voor precisietaken. Zowel links- als rechtshandig gebruik.	Werkt alleen als velden / functies op het tablet goed zijn geprogrammeerd. Veel gebruikte functievelden moeten gemakkelijk bereikbaar zijn. Verbetert werkhouding.
Penmuis		Zowel links- als rechtshandig gebruik.	Meer neutrale stand hand en pols. Net zo snel als normale muis. Evenveel spierspanning in schouderspieren als normale muis. Zodoende gelijkwaardig alternatief voor muis.
Trilmuis		Altijd. Zowel voor links- als rechtshandig gebruik.	Geeft door trilling aan wanneer medewerker onnodig hand op muis laat liggen. Hierdoor tot 25% minder muis vasthouden dan gewone muis. Zie ook www.hoverstop.com

Voor deze invoermiddelen kun je het beste contact opnemen met een ergonomisch of arbeidadviseur om samen te bepalen welk alternatief voor jou het beste is. Dit is afhankelijk van je eventuele klachten en werktaken.

Naam	Afbeelding	Wanneer	Effect
Touchpad		Handig bij kortdurend laptop gebruik en gebrek aan ruimte voor de muis.	Meer spanning in vingers en schouders. Meer beweging van vingers nodig (door klein oppervlak). Minder nauwkeurig, minder gebruiksvriendelijk en langzamer dan muis.
Trackball		Alleen geschikt als er weinig werkoppervlak is. Alleen geschikt bij specifieke klachten. Minder geschikt voor precisie taken.	Grotere spierbelasting van duim (om balletje te bewegen). Hogere pols- en onderarmbelasting Besturing vanuit hand en arm. Belasting nek en schouder lager. Lagere werksnelheid dan gewone muis Kosten enige tijd om er prettig mee te werken.
Spraakherkenning		Met name geschikt als handen vanwege klachten bijna niet (meer) gebruikt kunnen worden. Minder geschikt voor tekenen.	Een trainingsperiode en goede begeleiding is van belang. Werkhouding verbetert sterk t.o.v. werken met normaal toetsenbord en muis. Kosten tijd om snel en prettig mee te werken.
Voetmuisen		Alleen bij forse klachten aan handen en/of armen.	Gebruik is zeer traag en onnauwkeurig. Mogelijkheid tot ontwikkeling rug en knieklachten.