



# Pressemitteilung

Mehr Wert.  
Mehr Vertrauen.

TÜV SÜD-Experte informiert zum Kauf

4. November 2024

## Tipps für den richtigen Computer-Monitor

**München.** Ob im Büro, Homeoffice oder in der Freizeit – viele von uns verbringen täglich mehrere Stunden vor dem Computermonitor. Damit das nicht auf Dauer zur Anstrengung wird, gilt es beim Kauf eines neuen Bildschirms auf Qualität und Gebrauchstauglichkeit zu achten. TÜV SÜD-Experte Alexander Depre gibt einen Überblick, worauf es beim Kauf ankommt.



### Größe und Seitenverhältnis

„Für die meisten Anwendungen am Schreibtisch reicht eine Bildschirmdiagonale zwischen 27 und 32 Zoll bei einem Seitenverhältnis von 16:9 oder 16:10 aus. Diese Modelle sind bei einem Sitzabstand von weniger als einem Meter in jedem Fall ausreichend“, weiß Alexander Depre. „Wer viele Fenster nebeneinander im Blick haben

möchte, ist mit einem UltraWide-Screen gut beraten. Diese sind mit einem Format von 21:9 oder sogar 32:9 sehr breit.“

### Auflösung

Essentiell für ein klares Bild und eine gut lesbare Schrift ist die Auflösung: Je höher, desto detailreicher die Darstellung. Die gängigsten Varianten sind Full-HD (1.920 x 1.080 Pixel), WQHD (2.560 x 1.440 Pixel) und 4K (3.840 x 2.160 Pixel). Bei der Frage nach der Auflösung spielt vor allem die Größe des Bildschirms eine Rolle. So kann Full-HD bei sehr großen Formaten unscharf wirken, während 4K auf einem kleinen Monitor vom menschlichen Auge gar nicht erfasst werden kann und daher überflüssig ist. Als Richtwert gilt: Full-HD eignet sich bis 24 Zoll, WQHD (1440p) für 24 bis 32 Zoll und 4K (UHD) ab 32 Zoll.

## **Helligkeit, Farbdarstellung und Kontrast**

Die Helligkeit eines Monitors wird in „Candela pro Quadratmeter“ (cd/m<sup>2</sup>) angegeben. Für Büro und Homeoffice ist eine maximale Helligkeit um die 300 cd/m<sup>2</sup> ausreichend. Da die Augen bei einem zu hellen Bildschirm schnell ermüden, sollten Käufer außerdem darauf achten, dass eine manuelle Regelung der Helligkeit möglich ist. „Weitere wichtige Bildwerte sind die Farbdarstellung und der sogenannte Schachbrettkontrast. Bei der Farbdarstellung reicht eine 95-prozentige Abdeckung des sRGB-Farbraums aus. Der Schachbrettkontrast gibt Auskunft über die Trennschärfe des Monitors; hier ist man mit einem Verhältnis von 1000:1 für normale Büroarbeiten bestens ausgestattet. Mehr benötigt man nur für Grafik- oder Videobearbeitung“, so der Produktexperte. Auch eine Funktion zur Regulierung des Blaulichtanteils ist vorteilhaft, da diese den Melatonininspiegel beeinflusst. Für einen gesunden Schlaf-Wach-Rhythmus empfiehlt Alexander Depre morgens den normalen Farbmodus und abends einen reduzierten Blaulichtanteil.

## **Anschlüsse**

Dass sich der Monitor problemlos mit dem Rechner verbinden lässt, ist das A und O. Die wichtigsten Anschlüsse sind aktuell HDMI und DisplayPort. Verbraucher sollten hier besonders auf die Versionsnummern achten, rät Alexander Depre: „Bei Displayport sind 1.2 bis 1.4 gängig, bei HDMI ist es 2.0 oder höher. Wichtig ist dies bei der Verwendung hoher Auflösungen und schneller Bildfrequenzen.“ Sollen am Bildschirm auch mobile Geräte wie Smartphone und Co. angeschlossen werden, sollte das Modell über einen USB-C-Anschluss verfügen. Er hat die gleichen Eigenschaften wie DisplayPort, kann die angeschlossenen Geräte aber auch aufladen und als Hub für Maus und Tastatur fungieren.

## **Ergonomie**

Wer mit krummem Rücken vor dem Bildschirm sitzt, hat früher oder später mit Nackenverspannungen oder Haltungsschäden zu kämpfen. Daher ist es wichtig, dass sich der Bildschirm individuell anpassen lässt. Die Oberkante des Bildschirms sollte nicht höher als auf Augenhöhe sein; einstellen lässt sich das mit einem höhenverstellbaren Standfuß. Für manche Anwendungen ist auch eine Pivotfunktion, mit der sich der Monitor hochkant drehen lässt, sinnvoll.

## **Webcam und Mikrofon**

Hat der Monitor schon eine integrierte Webcam, Mikrofon und Lautsprecher, müssen diese Geräte nicht alle einzeln angeschafft werden. Daher setzen in Zeiten von Videokonferenzen viele Verbraucher auf solche Kombi-Modelle.

## TÜV SÜD-Oktagon

Bei den Produktprüfungen des TÜV SÜD stehen vier Punkte im Fokus, wie der Experte erklärt: „Wir testen die elektrische Sicherheit, die Gleichmäßigkeit der Helligkeit, die Farbtreue sowie die Benutzerfreundlichkeit.“ Trägt der Monitor das blaue TÜV SÜD-Oktagon, wurde er auf diese Kriterien hin geprüft.

Weitere Infos unter: <https://www.tuev-sued.de/produktpruefung/zertifikatsdatenbank/pruefzeichen-fuer-lcd-crt-monitore>

**Hinweis für Redaktionen:** Die Pressemeldung und das Bild in reprofähiger Auflösung gibt es im Internet unter <https://www.tuvsud.com/presse>.

### Pressekontakt:

TÜV SÜD AG  
Unternehmenskommunikation  
Westendstraße 199  
80686 München

Dirk Moser-Delarami  
Telefon +49 89 5791-1592  
E-Mail [dirk.moser-delarami@tuvsud.com](mailto:dirk.moser-delarami@tuvsud.com)  
Internet [tuvsud.com/presse](https://tuvsud.com/presse)

Im Jahr 1866 als Dampfkesselrevisionsverein gegründet, ist TÜV SÜD heute ein weltweit tätiges Unternehmen. Rund 28.000 Mitarbeitende sorgen an über 1.000 Standorten in rund 50 Ländern für die Optimierung von Technik, Systemen und Know-how. Sie leisten einen wesentlichen Beitrag dazu, technische Innovationen wie Industrie 4.0, autonomes Fahren oder Erneuerbare Energien sicher und zuverlässig zu machen. [tuvsud.com/de](https://tuvsud.com/de)