

«Согласовано»
Председатель профкома
КНУ им. Ж.Баласагына
Сальпиев Ш.Б.

«Утверждаю»
проректор по АХР
КНУ им. Ж.Баласагына
Токтомамбетов А.С.

ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда при работе на персональном компьютере

1. Общие требования охраны труда.

- 1.1. К работе персоналом компьютера (ПК) допускаются лица, прошедшие медицинское освидетельствование, вводный инструктаж, первичный инструктаж, обучение и стажировку на рабочем месте, проверку знаний требований охраны труда.
- 1.2. При работе на персональном компьютере работник обязан:
 - 1.2.1. Выполнять только ту работу, которая определена его должностной (рабочей) инструкцией.
 - 1.2.2. Выполнять правила внутреннего трудового распорядка.
 - 1.2.3. соблюдать режим труда и отдыха в зависимости от продолжительности, вида и категории трудовой деятельности.
 - 1.2.4. Правильно применять средства индивидуальной и коллективной защиты.
 - 1.2.5. Соблюдать требования охраны труда.
 - 1.2.6. Немедленно извещать своего непосредственного или вышестоящего руководителя о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, происшедшем на производстве, или об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления).
 - 1.2.7. Проходить обучение безопасным методам и приемам выполнения работ и оказанию первой помощи пострадавшим на производстве, инструктаж по охране труда, проверку знаний требований охраны труда.
 - 1.2.8. Проходить обязательные периодические (в течение трудовой деятельности), а также проходить внеочередные медицинские осмотры (обследования) по направлению работодателя в случаях, предусмотренных Трудовым кодексом КР и иными законами.
 - 1.2.9. Уметь оказывать первую помощь пострадавшим от электрического тока и при других несчастных случаях.
- 1.3. Уметь применять первичные средства пожаротушения.
- 1.4. При эксплуатации персонального компьютера на работника могут оказывать действие следующие опасные и вредные производственные факторы:
 - повышенный уровень электромагнитных излучений;
 - повышенный уровень статистического электричества;

- пониженная ионизация воздуха;
- статические и физические перегрузки;
- перенапряжение зрительных анализаторов;
- недостаточная освещенность рабочего места.

1.5. Помещения, где размещаются рабочие места, ПК должны быть оборудованы в соответствии с техническими требованиями по эксплуатации.

1.6. Рабочие места с ПК должны размещаться таким образом, чтобы расстояние от экрана одного видеомонитора до тыла другого было не менее 1,5 м, а расстояние между боковыми поверхностями видеомониторов – не менее 1,2 м.

1.7. Рабочие столы с ПК были ориентированы боковой стороной к световым проемам, чтобы естественный свет падал преимущественно слева.

1.8. Оконные проемы в помещениях, где используется персональные компьютеры, должны быть оборудованы регулируемые устройствами типа: жалюзи, занавесей, внешних козырьков и др.

1.9. Искусственное освещение в помещениях для эксплуатации ПК должно осуществляться системой общего равномерного освещения.

1.10. Экран видеомонитора должен находиться от глаз пользователя на расстоянии 600 – 700 мм, но не ближе 500 мм с учетом размеров алфавитно-цифровых знаков и символов.

1.11. Рабочая мебель для пользователей компьютерной техникой должна отвечать следующим требованиям:

- высота рабочей поверхности стола должна регулироваться в пределах 680-800 мм; при отсутствии такой возможности высота рабочей поверхности стола должна составлять 725 мм;

- рабочий стол должен иметь пространство для ног высотой не менее 600 мм, шириной – не менее 500 мм, глубиной на уровне колен – не менее 450 мм и на уровне вытянутых ног – не менее 650 мм.

1.12. В помещениях, оборудованных ПК, проводится ежедневная влажная уборка и систематическое проветривание.

1.13. Женщины со времени установления беременности переводятся на работы, не связанные с использованием ПК, или для них ограничивается время работы с ПК (не более 3-х часов)

1.14. В случаях травмирования или недомогания необходимо прекратить работу, известить об этом администрацию и обратиться в медицинское учреждение.

1. Требования охраны труда перед началом работы

2.1. Подготовить рабочее место.

2.2. Отрегулировать освещение на рабочем месте, убедиться в отсутствии бликов на экране.

2.3. Проверить правильность подключения оборудования к электросети.

2.4. Проверить исправность проводов питания и отсутствие оголенных участков проводов.

- 2.5. Убедиться в наличии заземления системного блока, монитора и защитного экрана
- 2.6. Проверить правильность установки стола, стула, положение клавиатуры, положение «мыши», при необходимости произвести регулировку рабочего стола и кресла, а также расположение элементов компьютера в целях исключения неудобных поз и длительных напряжений тела.

3. Требования охраны труда во время работы

3.1. Работнику при работе на ПК запрещается :

- прикасаться к задней панели системного блока(процессора) при включенном питании;
- переключать разъемы интерфейсных кабелей периферийных устройств при включенном питании;
- допускать попадание влаги на поверхность системного блока (процессора), монитора, рабочую поверхность клавиатуры, дисководов, принтеров и других устройств;
- производить самостоятельное вскрытие и ремонт оборудования;
- работать на компьютере при снятых кожных;
- отключать оборудование от электросети и выдергивать электровилку, держа за шнур.

3.2. Во время регламентированных перерывов с целью снижения эмоционального напряжения, утомления зрительного анализатора, устранения влияния гиподинамии и гипокинезии, предотвращения развития познотонического утомления выполнять комплексы упражнений.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. Во всех случаях обрыва проводов питания, неисправности заземления и других повреждений, появления гари, немедленно отключить питание и сообщить об аварийной ситуации руководителю.

4.2. Не приступать к работе до устранения неисправностей.

4.3. При возникновении пожара, задымлении:

4.3.1. немедленно сообщить по телефону «101» в пожарную охрану, повестить работающих, поставить в известность руководителя подразделения, сообщить о возгорании на пост охраны.

4.3.2. открыть запасные выходы из здания, обесточить электропитание, закрыть окна и прикрыть двери.

4.3.3. приступить к тушению пожара первичными средствами пожаротушения, если это не сопряжено с риском для жизни.

4.3.4. организовать встречу пожарной команды.

4.3.5. покинуть здание и находиться в зоне эвакуации.

4.4. При несчастном случае:

4.4.1. немедленно организовать первую помощь пострадавшему и при необходимости доставку его в медицинскую организацию.

4.4.2. принять неотложные меры по предотвращению развития аварийной и иной чрезвычайной ситуации и воздействия травмирующих факторов на других лиц.

4.4.3. сохранить до начала расследования несчастного случая обстановку, какой она была на момент происшествия, если это не угрожает жизни и здоровью других лиц и не ведет к катастрофе, аварии или возникновению иных чрезвычайных обстоятельств, а в случае невозможности ее сохранения – зафиксировать сложившуюся обстановку (составить схемы, провести другие мероприятия).

5. Требования охраны труда по окончании работы

5.1. Отключить питание компьютера.

5.2. Привести порядок рабочее место.

5.3. Выполнить упражнения для глаз и пальцев рук на расслабление.

Начальник хозуправления



Токторбаев А.Б.

Главный специалист ТБ, ОТ и ГО



Кадырова Ч.С.