

**ОБЪЕДИНЕННЫЙ ИНСТИТУТ ВЫСОКИХ ТЕМПЕРАТУР
РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ НАУК**

СОГЛАСОВАНО

Председатель профкома ОИВТ РАН


Н.А. Ворона

«11» 12 2017г.

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора ОИВТ РАН


В.А. Кулаков


2017г.



ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда при работе на компьютере

Регистрационный номер: ИВТ-066-037-17


15.12.2022

Инструкция разработана в соответствии с: СанПиН 2.2.2/2.4. 1340-03 "Гигиенические требования к персональным компьютерам и организации работы", утвержденным Главным государственным санитарным врачом РФ 30 мая 2003 г., Методическими рекомендациями по разработке государственных нормативных требований охраны труда, утвержденные Министерством труда и социального развития РФ от 17.12.2002г №80 Правилами технической эксплуатации электроустановок потребителей, Межотраслевой инструкцией по оказанию первой помощи

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

1.1. К работе на персональном компьютере допускаются лица, имеющие соответствующую выполняемой работе квалификацию, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья, прошедшие вводный и первичный на рабочем месте инструктажи по охране труда и обученные безопасности труда при работе на персональным компьютере.

1.2. Женщины со времени установления беременности допускаются к работе на персональном компьютере не более 3 часов за рабочую смену (п.13.2 СанПиН 2.2.2/2.4..1340-03) или переводятся на другую работу.

1.3. Для выполнения работ на персональном компьютере работники должны изучить

Инструкцию по эксплуатации персонального компьютера, на котором работник выполняет работы, Правила технической эксплуатации электроустановок потребителей и Межотраслевые правила по охране труда при эксплуатации электроустановок в части, их касающейся, и получить I квалификационную группу по электробезопасности.

1.4. Работник, выполняющий работу на персональном компьютере, независимо от квалификации и стажа работы, не реже одного раза в шесть месяцев должен проходить повторный инструктаж по безопасности труда; в случае нарушения требований безопасности труда, при перерыве в работе более чем на 60 календарных дней, работник должен пройти внеплановый инструктаж.

1.5. Лица, не прошедшие инструктажи по охране труда и не имеющие квалификационную группу по электробезопасности, к самостоятельной работе не допускаются.

1.6. Работник, показавший неудовлетворительные навыки и знания требований безопасности при работе на персональном компьютере, к самостоятельной работе не допускается.

1.7. Лица, работающие на персональном компьютере более 50 % рабочего времени (профессионально связанные с эксплуатацией ПЭВМ) должны проходить обязательные предварительные при поступлении на работу и периодические медицинские осмотры.

1.8. Лица, выполняющие работу на персональном компьютере, должны знать: требования безопасности при работе на персональном компьютере, способы рациональной организации рабочего места, санитарно-гигиенические требования к условиям труда, опасные и вредные производственные факторы, которые могут оказывать неблагоприятное воздействие на организм человека.

1.9. Работник, направленный для участия в несвойственных ему работах, должен пройти инструктаж по безопасному выполнению предстоящих работ.

1.10. Работнику запрещается пользоваться инструментом, приспособлениями и оборудованием, безопасному обращению с которыми он не обучен.

1.11. Во время работы на персональном компьютере на человека могут оказывать неблагоприятное воздействие следующие опасные и вредные производственные факторы:

- перенапряжение зрительного анализатора при работе за экраном дисплея;
- длительное статическое напряжение мышц спины, шеи, рук и ног, что может привести к статическим перегрузкам оператора;
- неудобная рабочая поза;
- недостаточное освещение рабочего места;
- повышенная блескость (прямая и отраженная) от источников освещения;
- неудовлетворительные параметры микроклимата в помещении;
- статическое электричество;
- высокое напряжение электрического тока.

1.12. Лица, работающие на персональном компьютере должны соблюдать установленные для них режимы труда и отдыха.

1.13. Для предупреждения возможности возникновения пожара работающие на персональных компьютерах должны соблюдать требования пожарной безопасности сами и не допускать нарушений со стороны других работников.

1.14. Для предупреждения заболеваний работникам следует знать и соблюдать правила личной гигиены.

1.15. В случае заболевания, плохого самочувствия, недостаточного отдыха работнику следует сообщить о своем состоянии непосредственному руководителю и обратиться за медицинской помощью.

1.16. Если с работником произошел несчастный случай, то ему необходимо оказать первую медицинскую помощь и сообщить о случившемся руководителю.

1.17. Работник должен уметь оказать первую доврачебную помощь, в том числе при поражении электрическим током, пользоваться медицинской аптечкой.

1.18. Работник, допустивший нарушение или невыполнение требований инструкции по охране труда, рассматривается как нарушитель производственной дисциплины и может быть привлечен к дисциплинарной ответственности, а в зависимости от последствий - и к уголовной; если нарушение связано с причинением предприятию материального ущерба, то виновный может привлекаться к материальной ответственности в установленном порядке.

2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТЫ

2.1. Перед началом работы на персональном компьютере работнику следует рационально организовать свое рабочее место.

2.2. Работник должен знать о том, что, если в помещении расположены несколько персональных компьютеров, то для обеспечения безопасности расстояние между рабочими столами с видеомониторами (в направлении тыла поверхности одного видеомонитора и экрана другого видеомонитора) должно быть не менее 2,0 м, а расстояние между боковыми поверхностями видеомониторов - не менее 1,2 м.

2.3. Взаимное расположение персональных компьютеров следует выполнять следующим образом:

2.3.1. Левая панель персонального компьютера должна быть обращена либо к стене, либо к проходу, где нет рабочих мест.

2.3.2. Не следует располагать персональные компьютеры экранами друг к другу.

2.4. Не рекомендуется располагать персональный компьютер экраном к окну.

2.5. Рабочие места с персональными компьютерами по отношению к световым проемам должны располагаться так, чтобы естественный свет падал сбоку, преимущественно слева.

2.6. Оконные проемы в помещениях использования персональных компьютеров должны быть оборудованы регулируемым устройствами типа: жалюзи, занавесей, внешних козырьков и др.

2.7. Площадь помещения на одно рабочее место с персональным компьютером должна составлять не менее $6,0 \text{ м}^2$, а объем - не менее $20,0 \text{ м}^3$.

2.8. Поверхность пола в помещениях эксплуатации персональных компьютеров должна быть ровной, без выбоин, нескользкой, удобной для очистки и влажной уборки, обладать антистатическими свойствами.

2.9. Для того чтобы в процессе работы не возникало перенапряжение зрительного анализатора, работнику следует проверить, чтобы на клавиатуре и экране персонального компьютера не было бликов света.

2.10. Для повышения контрастности изображения, перед началом работы работник должен очистить экран персонального компьютера от пыли, которая интенсивно оседает на нем под воздействием зарядов статического электричества.

2.11. Работник должен убрать с рабочего места все лишние предметы, не используемые в работе.

- 2.12. Перед включением персонального компьютера работнику следует визуально проверить исправность электропроводки, вилки, розетки, а также электрических подсоединений между собой всех устройств, входящих в комплект персонального компьютера
- 2.13. Перед началом выполнения работы работник должен проверить исправность персонального компьютера и подготовить его к работе.
- 2.14. Опорное приспособление клавиатуры должно позволять изменять угол наклона поверхности клавиатуры в пределах от 5 до 15 градусов.

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ РАБОТЫ

- 3.1. Выполнять только ту работу, которая ему была поручена.
- 3.2. Внешнее устройство «мышь» применять только при наличии коврика.
- 3.3. Выполнять санитарные нормы и соблюдать режимы работы и отдыха время работы быть внимательным, не отвлекаться посторонними делами и разговорами.
- 3.5. Рабочее место должно быть оборудовано так, чтобы исключить неудобные позы и длительные статические напряжения тела.
- 3.6. При работе на ПК должна быть исключена возможность одновременного прикосновения к оборудованию и к частям помещения или оборудования, имеющим соединение с землей (радиаторы батарей, металлоконструкции).
- 3.7. Во время работы нельзя класть на монитор бумаги, книги и другие предметы, которые могут закрыть его вентиляционные отверстия.
- 3.8. Запрещается оставлять без присмотра включенное оборудование; вскрывать устройства ПК.
- 3.9. Соблюдать расстояние от глаз до экрана в пределах 60-80 см.
- 3.10. Оператору во время работы запрещается:
- касаться одновременно экрана монитора и клавиатуры; -прикасаться к задней панели системного блока при включенном питании; -загромождать верхние панели устройств бумагами и посторонними предметами; -допускать захламленность рабочего места бумагой, в цепях не должно накапливаться пыль;
 - производить отключение питания во время выполнения активной задачи; -производить частые переключения питания;
 - допускать попадание влаги на поверхность системного блока, монитора; -производить самостоятельно вскрытие и ремонт оборудования; -превышать -- превышать количество обрабатываемых символов 30 тыс. за 4 часа работы;
- 3.11. При постоянной работе экран должен находиться в центре поля обзора, документы располагать слева на столе или на подпирте в одной плоскости с экраном.

4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

- 4.1. При возникновении неисправности в ПК необходимо отключить ПК от сети. ЗАПРЕЩАЕТСЯ пытаться самостоятельно устранить причину неисправности, об этом необходимо сообщить в соответствующие службы технического обслуживания.
- 4.2. В случае загорания электропровода ПК немедленно отключить его от сети, сообщить

- 4.1. При возникновении неисправности в ПК необходимо отключить ПК от сети. ЗАПРЕЩАЕТСЯ пытаться самостоятельно устранить причину неисправности, об этом необходимо сообщить в соответствующие службы технического обслуживания.
- 4.2. В случае загорания электропровода ПК немедленно отключить его от сети, сообщить, об этом в пожарную часть по телефону 101 и приступить к тушению пожара углекислотным или порошковым огнетушителем.
Запрещается применять пенные огнетушители для тушения электропроводок и оборудования под напряжением, так как пена, хороший проводник электрического тока
- 4.3. В случае поражения работника электрическим током оказать первую помощь пострадавшему, обратиться в медпункт или вызвать врача.
- 4.4. В случае появления рези в глазах, резком ухудшении видимости, появления боли в пальцах и кистях рук, усилении сердцебиения немедленно покинуть рабочее место, сообщить о происшедшем руководителю работ и обратиться к врачу.
- 4.5. В случае отключения электроэнергии прекратить работу и доложить руководителю. Не пытайтесь самостоятельно устранять причину.

5. Требования безопасности по окончании работ

5.1. По окончании работ оператор обязан соблюдать следующую последовательность выключения вычислительной техники:

произвести закрытие всех задач;

убедиться, что в дисководах нет дискет;

отключить ПК от сети, штепсельную вилку при этом держать за корпус. Запрещается отключать ПК за электропровод. При отключении ПК со съемным шнуром питания сначала необходимо отключить вилку от розетки, а затем отключить питающий шнур от ПК.

5.2. Привести в порядок рабочее место.

5.3. Чистку ПК от пыли необходимо производить только после отключения ПК от сети.

Главный энергетик ОИВТ РАН



И.С. Солдаткин

Согласовано:

Главный инженер ОИВТ РАН



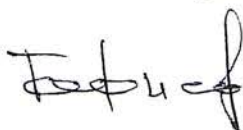
Р.А. Хорошавцев

Руководитель службы ОТ



М.Г. Комаров

Разработчик инструкции:
Вед. Инженер ОГЭ-2



М.В. Борисов