

ФГБУ «НМИЦ им. ак. Е.Н. Мешалкина» Минздрава России

**Инструкция № 06-ОТ
по охране труда для пользователей персональными компьютерами
и копировально-множительной техникой**

г. Новосибирск

- выполнять только ту работу, которая определена его должностной инструкцией;
- содержать в чистоте рабочее место;
- соблюдать режим труда и отдыха в зависимости от продолжительности, вида и категории трудовой деятельности;
- соблюдать меры пожарной безопасности.

1.5. Рабочие места с компьютерами, копировально-множительной техникой должны размещаться таким образом, чтобы расстояния от экрана одного видеомонитора до тыла другого была не менее 2,0 м, а расстояние между боковыми поверхностями видеомониторов - не менее 1,2 м.

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

1.7. Оконные проемы в помещениях, где используются персональные компьютеры, должны быть оборудованы регулируемыми устройствами типа: жалюзи, занавесей, внешних козырьков и др.

1.8. 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, глубиной на уровне колен - не менее 450 мм и на уровне вытянутых ног – не менее 650 мм;
- рабочий стул (кресло) должен быть подъемно-поворотным и регулируемым по высоте и углам наклона сиденья и спинки, а также - расстоянию спинки от переднего края сиденья;

1.9. Клавиатуру следует располагать на поверхности стола на расстоянии 100-300 мм от края, обращенного к пользователю, или на специальной регулируемой по высоте рабочей поверхности, отделенной от основной столешницы.

1.10. О каждом несчастном случае на предприятии пострадавший или очевидец немедленно извещает непосредственного руководителя.

1.11. За невыполнение данной инструкции виновные привлекаются к ответственности согласно правилам внутреннего трудового распорядка или взысканиям, определенным Кодексом законов о труде Российской Федерации.

2. Требования охраны труда перед началом работы

2.1. До включения используемого на рабочем месте оборудования работник обязан:

- осмотреть и привести в порядок рабочее место, убрать с рабочего места все посторонние предметы, которые могут отвлекать внимание и затруднять работу;
- проверить правильность установки стола, стула, угол наклона экрана монитора, положение клавиатуры и, при необходимости, произвести их переустановку в целях исключения неудобных поз и длительных напряжений тела. Особо обратить внимание на то, что дисплей должен находиться на расстоянии не менее 50 см от глаз (оптимально 60-70 см), плоскость его экрана должна быть перпендикулярна направлению взгляда и центр экрана должен быть ниже уровня (или на уровне) глаз оператора;

2.2. Проверить правильность расположения оборудования:

- кабели электропитания персонального компьютера, копировальной и множительной техники, включая переноски и удлинители, должны находиться с тыльной стороны рабочего места;
- источник бесперебойного питания для исключения вредного влияния его повышенных магнитных полей, должен быть максимально возможно удален от оператора.

2.3. Проверить надежность подключения к системному блоку разъемов периферийного оборудования.

2.4. Убедиться в отсутствии засветок, отражений и бликов на экране монитора. Убедиться в отсутствии ярко освещенных предметов, в поле зрения при переносе взгляда с экрана монитора на документ. Убедиться, что освещенность документов достаточна для четкого различения их содержания. При возможности, отрегулировать освещение и принять меры к исключению бликов и засветок на экране и в поле зрения.

2.5. Убедиться в отсутствии пыли на экране монитора, защитном фильтре и клавиатуре, при необходимости, протереть их специальной салфеткой.

2.6. Включить оборудование на рабочем месте в последовательности, установленной инструкциями по эксплуатации на оборудование с учетом характера выполняемых на рабочем месте работ.

2.7. После включения оборудования и запуска используемой программы работник обязан:

- убедиться в отсутствии дрожания и мерцания изображения на экране монитора;
- установить яркость, контрастность, цвет и размер символов, фон экрана, обеспечивающие наиболее комфортное и четкое восприятие изображения.

2.8. Запрещается:

- работать на персональном компьютере, копировальной и множительной технике при снятом корпусе или крышках устройств;
- оставлять персональный компьютер во включенном состоянии без наблюдения на длительное время;
- после включения персонального компьютера перемещать блок бесперебойного питания, системный блок, монитор, внешние устройства ЭВМ;
- курить в помещении, в котором расположены ЭВМ и ее внешние устройства;
- прием пищи вблизи персонального компьютера и его внешних устройств.

2.9. В случае неправильного функционирования какого-либо устройства следует поставить в известность непосредственного руководителя и сообщить по телефону техподдержки – 1499.

2.10. Профилактику и модернизацию персонального компьютера, копировальной и множительной техники следует производить только специалистам при отключенном питании.

2.11. Работник обязан не допускать накопления бумажных отходов вблизи персонального компьютера, копировально-множительной техники.

2.12. В случае появления посторонних шумов, запахов дыма или горелой изоляции необходимо немедленно отключить персональный компьютер, копировально-множительную технику, сообщить непосредственному руководителю и вызвать инженера по ремонту.

3. Требования охраны труда во время работы

3.1. Во время работы работник обязан:

- в течение рабочего дня содержать в порядке и чистоте рабочее место;
- не закрывать вентиляционные отверстия персонального компьютера;
- при необходимости временного прекращения работы корректно закрыть все активные задачи;
- соблюдать правила эксплуатации оборудования и требования настоящей инструкции;
- при работе с каждой программой выбирать наиболее оптимальное сочетание визуальных параметров (цвет и размер символов, фон экрана, яркость, контрастность и др.);
- соблюдать установленные режимом рабочего времени регламентированные перерывы в работе;
- выполнять рекомендованные физические упражнения.

3.2. Работнику во время работы запрещается:

- прикасаться к задней панели системного блока при включенном питании;
- переключать разъемы интерфейсных кабелей периферийных устройств, при включенном питании;
- закрывать оборудование бумагами и посторонними предметами;
- допускать скапливание бумаг на рабочем месте;
- производить отключение питания во время выполнения активной задачи;
- допускать попадание влаги на поверхности устройств;
- производить самостоятельно вскрытие и ремонт оборудования;
- производить вскрытие или заправку на рабочем месте картриджами лазерных принтеров и копировальной техники;
- прикасаться к нагретым элементам принтеров и копировальной техники;
- работать со снятыми кожухами оборудования, являющегося источниками лазерного и ультрафиолетового излучения;
- располагаться при работе на расстоянии менее 50 см. от экрана монитора.

3.3. Режимы труда и отдыха при работе с ПЭВМ должны организовываться в соответствии

с требованиями в СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03 зависимости от вида и категории трудовой деятельности.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. Обо всех неисправностях в работе оборудования и аварийных ситуациях сообщать непосредственному руководителю.

4.2. При обнаружении обрыва проводов питания или нарушения целостности их изоляции, повреждений электрооборудования, появления запаха гари, посторонних звуков в работе оборудования и тестовых сигналов, индицирующих о его неисправности немедленно прекратить работу и отключить питание.

4.3. При несчастных случаях на производстве пострадавший или очевидец обязан:

- оказать пострадавшему первую доврачебную помощь и при необходимости сопровождать пострадавшего в лечебное учреждение;

- известить своего непосредственного или вышестоящего руководителя о происшедшем несчастном случае;

- сохранять место происшествия до начала работы комиссии по расследованию несчастного случая, если это не ведет к развитию аварийной ситуации и не угрожает жизни и здоровью окружающих людей.

4.4. Требования пожарной безопасности:

- соблюдать противопожарный режим, не допускать на рабочем месте скопления бумаги (черновики), уметь пользоваться первичными средствами пожаротушениями;

- в случае обнаружения возгорания или срабатывания системы сигнализации о пожаре, сообщить начальнику смены (по тел. 15-55), непосредственному руководителю;

- действовать, согласно инструкции по мерам пожарной безопасности.

4.5 Ответственность: за невыполнение данной инструкции виновные привлекаются к ответственности согласно правилам внутреннего трудового распорядка или взысканиям, определенным Трудовым кодексом Российской Федерации.

5. Требования охраны труда по окончании работы

5.1. Выключить, используемое оборудование.

5.2. Привести свое рабочее место в порядок.

Начальник отдела охраны труда



С.А. Акмурзина