

«СОГЛАСОВАНО»

Председатель профкома

 М.И. Козлов

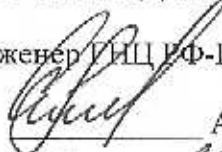
Постановление профкома

Протокол № 14 от 17.06.2011 г.



«УТВЕРЖДАЮ»

Главный инженер УИЦ РФ-ИМБП РАН

 А.В. Ассейчев

«10»  2011 г.

ИНСТРУКЦИЯ № 35-11

ПО ОХРАНЕ ТРУДА ПРИ РАБОТЕ

НА ПЕРСОНАЛЬНОМ КОМПЬЮТЕРЕ (ПК) В ГНЦ РФ-ИМБП РАН

1. Общие требования безопасности

1.1. К работе с ПЭВМ допускаются лица, не имеющие медицинских противопоказаний для данной работы, прошедшие инструктаж по охране труда на рабочем месте, знающие устройство и принцип действия ПЭВМ, аттестованные на I группу по электробезопасности.

1.2. Лица, работающие с ПЭВМ более 50% рабочего времени в соответствии с Приказами МЗ СР Российской Федерации № 83 от 16 августа 2004 г. и № 90 от 14 марта 1996 г. должны проходить обязательные при поступлении на работу и периодические 1 раз в год медицинские осмотры.

1.3. При эксплуатации персонального компьютера на работника могут оказывать действие следующие опасные и вредные производственные факторы:

- повышенный уровень электромагнитных излучений;
- повышенный уровень статического электричества;
- пониженная ионизация воздуха;
- статические физические перегрузки;
- перенапряжение зрительных анализаторов.

1.4. Работник обязан:

1.4.1. Выполнять только ту работу, которая определена его должностной инструкцией.

1.4.2. Содержать в чистоте рабочее место.

1.4.3. Соблюдать меры пожарной безопасности.

1.5. Помещения для эксплуатации ПЭВМ должны иметь естественное и искусственное освещение. Применение светильников без рассеивателей и экранизирующих решеток не допускается.

1.6. Расположение рабочих мест с ПЭВМ в подвальных помещениях не допускается. Площадь на одно рабочее место с ПЭВМ должна составлять не менее 6,0 м².

1.7. Помещения, где размещаются рабочие места с ПЭВМ должны быть оборудованы защитным заземлением (занулением) в соответствии с техническими требованиями по эксплуатации.

1.8. Запрещается производить перестановку рабочих мест, оборудованных ПЭВМ в нарушение утвержденных планировок.

1.9. В помещениях, оборудованных ПЭВМ, проводится ежедневная влажная уборка и систематическое проветривание после каждого часа работы на ПЭВМ.

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

1.11. Клавиатуру следует располагать на поверхности стола на расстоянии 100-300 мм от края, обращённого к пользователю.

1.12. Рабочие места с компьютерами должны размещаться таким образом, чтобы расстояние от экрана одного видеомонитора до тыла другого было не менее 2,0 м, а расстояние между боковыми поверхностями видеомониторов - не менее 1,2 м.

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

1.14. Освещённость на поверхности стола в зоне размещения рабочих документов должна быть 300-500 лк, на поверхности экрана не более 300 лк.

1.15. Оконные просмы в помещениях, где используются персональные компьютеры, должны быть оборудованы регулирующими устройствами типа: жалюзи, занавесей, внешних козырьков и др.

1.16. 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 подьемно - поворотным и регулируемым по высоте и углам наклона сиденья и спинки, а также - расстоянию спинки от переднего края сиденья;

1.17. Женщины со времени установления беременности и в период кормления грудью к выполнению всех видов работ, связанных с использованием компьютеров, не допускаются.

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

2. Требования безопасности 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. Протереть антистатической салфеткой поверхность экрана монитора и защитного экрана.

2.7. Проверить правильность установки стола, стула, подставки для ног, пушпура, угла наклона экрана, положение клавиатуры, положение "мыши" на специальном коврике, при необходимости произвести регулировку рабочего стола и кресла, а также расположение элементов компьютера в соответствии с требованиями эргономики и в целях исключения неудобных поз и длительных напряжений тела.

3. Требования безопасности 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, приптеров и других устройств;

- производить самостоятельное вскрытие и ремонт оборудования;
- работать на компьютере при снятых кожных;
- отключать оборудование от электросети и выдергивать электровилку, держась за шнур.

3.2. При выполнении в течение рабочей смены работ, относящихся к различным видам трудовой деятельности, за основную работу с компьютером следует принимать такую, которая занимает не менее 50% времени в течение рабочей смены или рабочего дня.

3.3. Продолжительность непрерывной работы с компьютером без регламентированного перерыва не должна превышать 2-х часов.

3.4. При 8-ми часовой рабочей смене на ПК регламентированные перерывы следует устанавливать через 1,5 – 2,0 часа от начала рабочей смены и через 1,5-2,0 часа после обеденного перерыва продолжительностью 20 минут каждый или продолжительностью 15 минут через каждый час работы.

3.5. При 12-часовой рабочей смене регламентированные перерывы должны устанавливаться в первые 8 часов работы аналогичного перерывам при 8-часовой рабочей смене, а в течение последних 4 часов работы, независимо от категории и вида работ, каждый час продолжительностью 15 минут.

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

4. Требования безопасности 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 получении травм или внезапном заболевании немедленно известить своего руководителя, организовать первую доврачебную помощь или вызвать скорую медицинскую помощь.

5. Требования безопасности по окончании работы

5.1. Оборудование ПК привести в исходное состояние согласно технической инструкции и отключить питание компьютера.

5.2. Привести в порядок рабочее место, бумажные отходы убрать.

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

6. Ответственность персонала

6.1. Невыполнение данной Инструкции является нарушением трудовой дисциплины.

Виновные в этом несут ответственность в соответствии с действующим законодательством.

При разработке Инструкции использовалась – «ТИПОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА ПРИ РАБОТЕ НА ПЕРСОНАЛЬНОМ КОМПЬЮТЕРЕ (ПК)» (ТОИ Р-45-084-01.) утверждённая Приказом Министерства Российской Федерации по связи и информатизации от 2 июля 2001 г. № 162 и согласованная письмом Центрального комитета Общероссийского профсоюза работников связи Российской Федерации от 20 апреля 2001 г. № 4-380.

Разработал:

Заместитель заведующего отделом



А.И. Шуленни

Согласовано:

Начальник ООТ и ЭК



В.В. Соколов

Главный энергетик



Е.В. Кремнёв

Уполномоченный по охране
труда профкома



Е.И. Нефёдова