

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ НАУКИ
ИНСТИТУТ МАТЕМАТИКИ ИМ. С. Л. СОБОЛЕВА
СИБИРСКОГО ОТДЕЛЕНИЯ РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ НАУК
(ИМ СО РАН)

СОГЛАСОВАНО

Председатель общественной
первичной профсоюзной организации



М.В.Нещадим
2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора ИМ СО РАН



А.Е.Миронов
2024 г.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА
при работе на персональных
электронно – вычислительных машинах

ИОТ – 011- 2024

г. Новосибирск

2024

Инструкция по охране труда при работе на персональных электронно-вычислительных машинах (ПЭВМ)

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА

1.1. Инструкция разработана для сотрудников, занятых эксплуатацией ПЭВМ, работа которых связана с приемом и вводом информации.

1.2. При работе на ПЭВМ могут оказываться следующие опасные и вредные факторы:

- повышенные уровни электромагнитного излучения;
- повышенные уровни ультрафиолетового излучения;
- повышенный уровень инфракрасного излучения;
- повышенный уровень статического электричества;
- повышенный уровень прямой блескости;
- неравномерность распределения яркости в поле зрения;
- напряжение зрения;
- напряжение внимания;
- эмоциональные нагрузки;
- длительные статические нагрузки;
- монотонность труда;
- большой объем информации;
- интеллектуальные нагрузки.

1.3. К работе допускаются лица не моложе 18 лет, прошедшие вводный и первичный инструктажи по охране труда на рабочем месте с обязательной регистрацией в журналах.

1.4. Работник, допустивший нарушение инструкций по охране труда, может быть привлечен к дисциплинарной ответственности. Если нарушение правил охраны труда связано с причинением имущественного ущерба учреждению, работник несет и материальную ответственность в установленном законом порядке.

1.5. В помещениях, где проводятся работы на ПК, необходимо создать оптимальные условия зрительной работы. Основной поток естественного света должен быть слева, солнечные лучи и блики не должны попадать в поле зрения работающего и на экраны видеомониторов.

1.6. Нельзя загораживать заднюю стенку системного блока или ставить ПК вплотную к стене, это приводит к нарушению охлаждения системного блока и его перегреву.

1.7. Запрещается проводить ремонт персональных компьютеров непосредственно в рабочих помещениях.

2. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТЫ

2.1. Подготовить свое рабочее место к работе, убрать посторонние предметы.

2.2. Отрегулировать освещенность на рабочем месте, убедиться в отсутствии встречного светового потока.

2.3. Протереть специальной салфеткой поверхность экрана.

2.4. Проверить правильность установки стола и всего оборудования.

2.5. Произвести визуальный осмотр ПК, убедиться в исправности электророзеток, штепсельных вилок, питающих электрошнуров.

2.6. Включить ПК в сеть 220В, при этом штепсельную вилку держать за корпус, в следующей последовательности:

- включить блок питания;

- включить принтер, монитор, сканер;

- включить системный блок.

2.7. Для уменьшения воздействия вредных факторов рекомендуется:

- подготовить рабочее место так, чтобы исключить неудобные позы;

- не пользоваться люминесцентными лампами;

- стена или какая-либо поверхность позади дисплея должна быть освещена примерно так же, как экран;

- центр изображения на дисплее должен находиться на высоте 0,7-1,2 м от уровня пола.

3. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ВО ВРЕМЯ РАБОТЫ

3.1. Выполнять только ту работу, которая была поручена.

3.2. Внешнее устройство «мышь» применять только при наличии коврика.

3.3. Выполнять санитарные нормы и соблюдать режимы работы и отдыха.

3.4. Во время работы быть внимательным, не отвлекаться посторонними делами и разговорами.

3.5. Рабочее место должно быть оборудовано так, чтобы исключать 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).

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. Во время работы запрещается:

- касаться одновременно экрана монитора и клавиатуры;

— прикасаться к задней панели системного блока при включенном питании;

— переключение разъемов интерфейсных кабелей периферийных устройств 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.

3.11. При постоянной работе экран должен находиться в центре поля обзора, документы располагать слева на столе или на подпирке в одной плоскости с экраном.

4. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА 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 непосредственному руководителю.

4.2. В случае загорания электропровода ПК немедленно отключить его от сети, сообщить об этом в пожарную часть по телефону 112 и приступить к тушению пожара огнетушителем.

4.3. Запрещается применять пенные огнетушители для тушения электропроводок и оборудования под напряжением, так как пена, хороший проводник электрического тока

4.4. В случае поражения работника электрическим током оказать первую помощь пострадавшему, обратиться в медицинское учреждение.

4.5. 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 непосредственному руководителю и обратиться к врачу.

4.6. В случае отключения электроэнергии прекратите работу и доложите непосредственному руководителю. Не пытайтесь самостоятельно устранять причину.

5. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПО ОКОНЧАНИИ РАБОТ

5.1. По окончании работ следует соблюдать следующую последовательность выключения техники:

- произвести закрытие всех задач;
- убедиться, что в дисководах нет дискет;
- отключить ПК от сети, штепсельную вилку при этом держать за корпус.

5.2. 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.

5.3. Привести в порядок рабочее место.

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

Специалист по ОТ



А.А.Нигматулина