

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ЗАКЛАД
«ЛУГАНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ТАРАСА ШЕВЧЕНКА»

Інструкція
з охорони праці
при роботі на персональному комп'ютері, ноутбучі, принтері,
ксероксі та іншій оргтехніці

м. Івано-Франківськ
2022 р.

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ЗАКЛАД
«ЛУГАНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ТАРАСА ШЕВЧЕНКА»



ІНСТРУКЦІЯ
з охорони праці № 2
при роботі на персональному комп'ютері, ноутбуні, принтері,
ксероксі та іншій оргтехніці

1. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ

1.1 Інструкція встановлює вимоги охорони праці для працівників Державного закладу «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка» (далі – Університет), допущених до самостійної роботи на персональному комп'ютері (далі – ПК), ноутбуні, принтері, ксероксі та іншій оргтехніці (далі – ОТ).

1.2 Невиконання вимог цієї інструкції розглядається як порушення виробничої дисципліни за Правил внутрішнього трудового розпорядку.

1.3 До самостійної роботи на ПК та ОТ допускається особа, яка на попередньому медичному огляді не має протипоказань, отримала вступний інструктаж з питань охорони праці та пожежної безпеки, первинний інструктаж з охорони праці на робочому місці, має певну групу допуску з електробезпеки. Жінки, з моменту виявлення вагітності та впродовж годування груддю дитини, не допускаються до роботи на ПК та ОТ.

1.4 Повторний інструктаж з охорони праці працівники, які працюють з ПК та ОТ отримують один раз на шість місяців, а періодичний медичний огляд – один раз на рік.

1.5 Працівник, допущений до самостійної роботи на ПК та ОТ, повинен:

- дбати про особисту безпеку і здоров'я, а також про безпеку і здоров'я оточуючих його людей в процесі виконання робіт та під час перебування на території Університету;
- знати й виконувати вимоги нормативно-правових актів з охорони праці, а також користуватися засобами колективного та індивідуального захисту;
- дотримуватись правил внутрішнього трудового розпорядку, а також норм і вимог, зазначених в інструкціях з охорони праці та пожежної безпеки;
- несе особисту відповідальність за порушення зазначених вимог;
- виконувати тільки ту роботу, яка визначена посадовими інструкціями.

1.6 У разі травмування або недомогання припинити роботу, повідомити про це керівництво і звернутися в медпункт по допомогу.

1.7 Важливо їм необхідно в спеціально обладнаних приміщеннях.

1.8 На працівника під час роботи можуть впливати такі небезпечні й шкідливі виробничі фактори:

- підвищений рівень шуму на робочому місці;
- підвищене навантаження напруженості в електричному дачевті, замикання якого може статися через іде дощину;
- рівень статичної електрики;
- недостатня концентрація негативних іонів у повітрі робочої зони;
- підвищений рівень електромагнітного випромінювання;
- підвищена напруга електричного поля;

- прямий та відбитий від екрана блискіт;
- несприятливий розподіл яскравості в полі зору;
- недостатнє освітлення на робочому місці;

хімічні:

- підвищений вміст у повітрі робочої зони пилу (напорового, побутового), озону, оксидів азоту;

психофізіологічні

- монотонність праці, перенапруження зорового аналізатора.

1.9. Організація робочого місця

1.9.1 На робочому місці має бути встановлений робочий стіл, стілець, який можливо регулювати відповідно до потрібних параметрів, підставка для ніг та оригіналотримачі;

1.9.2 Для нейтралізації зарядів статичної електрики в приміщенні рекомендується підвищувати вологість повітря та опалювальний сезон за допомогою зволожувача;

1.9.3 Слонгони відбійники на робочому місці усуваються та дощовитно регулюються жалюзі, що встановлені на вікнах;

1.9.4 Розташовувати дисплеї на робочому місці необхідно так, щоб поверхня екрану була в центрі поля зору, не ближче як 600 мм від очей користувача. Рекомендується розміщувати елементи робочого місця таким чином, щоб зберігався приблизно однакова відстань від очей працівника до екрана, клавіатури, тримача для документів;

1.9.5 Тривалість безперервної роботи на ПК та ОІ без регламентованих перерв не має перевищувати 2 години;

1.9.6 Не рекомендується:

- самостійно здійснювати ремонт апаратури чи її технічне надтодження;
- самостійно змінювати орієнтацію робочого місця відносно вікон та світлодіяктив, що може призвести до появи прямого та відбитого блискіт;

1.9.7 У приміщенні з ПК та ОІ щодня має проводитися вологе прибирання;

1.9.8 У приміщенні з ПК та ОІ має бути розміщена медична аптечка та вуглекислотний пожегасник.

2. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ ПЕРЕД ПОЧАТКОМ РОБОТИ.

2.1 Перевірити надійність встановлення апаратури на робочому місці. Дисплей має стояти не на краю стола. Повернути дисплей так, щоб на нього зручно було дивитися – прямо (не з боку) і трохи вгору вгору, при цьому екран має бути нахиленим на 15-20 градусів від вертикалі назад від користувача;

2.2 Однотипи загальний стан апаратури, перевірити справність електропроводки, існуючих шнурів, штепсельних вилок, розеток, зашудинів;

2.3 Екран дисплея протерти спеціальною серветкою (крім рідкокристалічних екранів). Не дозволяється використовувати рідино або джерозольні засоби для очищення поверхні;

2.4 Відрегулювати освітлення на робочому місці;

2.5 Відрегулювати та зафіксувати висоту сидіння стільця, зручний нахил його спинки, висоту підлокітників;

2.6 Вимкнути апаратуру комп'ютера вимикачами на корпусах з послідовності: стабілізатор напруги, системний блок, принтер (якщо передбачається друкування);

2.7 Надаштувати яскравість свідчення екрана дисплея, мінімальний розмір точки самценок, фокусування, контрастність. Не слід робити зображення занадто яскравим, щоб не стомлювати очей;

2.8 При виявленні будь-яких несправностей роботу не розпочинати, повідомити про це безпосереднього керівника робіт.

3. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ ПІД ЧАС ВИКОНАННЯ РОБОТИ.

3.1 Розташувати клавіатуру на робочому столі так, щоб не допускати її хитання, встановити її з зручному положенні та відрегулювати кут нахилу. Якщо підставка для

опору долонь не передбачено в конструкції клавіатури, то її слід розтанувати на відстані не менш як 100 мм від переднього краю стола в оптимальній зоні моторного поля. Під час роботи на клавіатурі слід сидіти прямо, не напружуватися.

3.2 Не дозволяються сторонні розмови, подразнюючі шуми.

3.3 Для зняття статичної електрики рекомендується час від часу доторкатися до металевих поверхонь (батарей центрального опалення, тощо) та вмивати лице і руки теплою водою.

3.4 Для зниження напруженості праці рекомендується рівномірно розподіляти і чергувати характер робіт відповідно до їх складності.

3.5 Під час регламентованих перерв з метою зниження нервово-емоційного напруження, втоми зорового аналізатора, кистей рук, усунення негативного впливу спосидинами та монотонії рекомендується виконувати спеціальні вправи та самомасаж рук та очей.

3.6 Не дозволяється:

- торкатися одночасно екрану монітора та клавіатури;
- працювати без належного освітлення;
- закривати вентиляційні отвори апаратури будь-якими предметами, оскільки це може призвести до її перегрівання;
- працювати з дисплеєм, у якого під час роботи у'являються нехарактерні сигнали, нестабільне зображення, тощо;
- допускати до обладнання сторонніх осіб без дозволу керівника;
- працювати на матричному принтері зі швидко (строки піднятою) кришкою (значно зростає рівень шуму);
- виконувати самостійний ремонт обладнання;
- користуватися люмінесцентними лампами, якщо Ви помітили їх мерехтіння.

3.7 Одним із багатьох режимів роботи є 40-45 хвилин на ПК и ОП і 20-25 хвилин перерви.

3.8 Під час роботи слідкуйте за самопочуттям. Припиніть роботу, якщо відчуваєте втому, з'являється раптова слабкість. Зверніться в медпункт по допомогу, повідомте про це безпосереднього керівника.

3.9 Про кожен випадок травмування, порушення техніки безпеки, пожежної безпеки негайно повідомити безпосереднього керівника.

4. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ ПІСЛЯ ЗАКІНЧЕННЯ РОБОТИ

4.1 Вимкнути всю оргтехніку (якщо інша увімкнена), вимкнути дисплей і системний блок, інтенсивно видіти витягнути з розеток. Накрити клавіатуру пилостітмасовою кришкою для запобігання потрапляння в неї пилу.

4.2 Прибрати робоче місце. Оригінали та інші документи покласти в шухляду стола.

4.3 Ретельно вимити руки водою з милом.

4.4 Вимкнути освітлення в приміщенні.

4.5 Повідомити керівника або компетентну посадову особу про виявлені несправності в устаткуванні та прийнятних мірах щодо їх усунення у разі їх наявності.

5. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ В АВАРІЙНИХ СИТУАЦІЯХ

5.1 У випадку раптового зникнення напруги у мережах електропостачання негайно вимкнути всю оргтехніку і витягнути інтенсивно вилки з розеток.

5.2 При виявленні ознак горіння (дим, запах гару) негайно вимкнути електроапаратуру, повідомити керівника або компетентну посадову особу, знайти джерело займання і приступити до його ліквідації первинними засобами пожежогасіння.

5.3 У разі виникнення пожежі негайно повідомити про це телефоном пожежну частину; якщо це можливо, захопити щодя евакуації людей, гасіння локалізації пожежі та збереження матеріальних цінностей; повідомити про пожежу керівника чи відповідну компетентну посадову особу та чергового по корпусу, у разі необхідності викликати інші аварійні служби (медичну, газорятувальну).

5.4 У разі нещасного випадку негайно викликати швидку медичну допомогу, повідомити керівника, надати першу лікарську допомогу потерпілому, зберегти на робочому місці обстановку і стан устаткування такими, якими вони були на момент події нещасного випадку, якщо це не становить загрози для життя та здоров'я працівників.

Розробив
провідний фахівець
відділу охорони праці




Ольга МОЧНА

ПОГОДЖЕНО:

Начальник юридичного відділу

Віталій НОС'АЛБ