МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД «КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ім. ВАДИМА ГЕТЬМАНА»

ІНСТРУКЦІЯ
З ОХОРОНИ ПРАЦІ № 50
ДЛЯ КОРИСТУВАЧІВ ПЕРСОНАЛЬНИХ КОМП'ЮТЕРІВ

КИЇВ-2015

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД «КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ім. ВАДИМА ГЕТЬМАНА»

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказ ректора ДВНЗ
"КНЕУ ім. В. Гетьмана"
від "19" 01 2015 № 21
"26" 05 2016 № 411
" " _____ _____ № _____
" " _____ _____ № _____

ІНСТРУКЦІЯ
з охорони праці № 50
для користувачів персональних комп'ютерів

І. Загальні положення.

1.1. Робоче місце користувача персонального комп'ютера (далі ПК) повинно відповідати вимогам ГОСТ 12.2.032 ССБТ "Рабочее место при выполнении работ сидя. Общие эргономические требования".

1.2. Площа, виділена для одного робочого місця з відеотерміналом або ПК, повинна складати не менше 6 м², а об'єм не менше 20 м³.

1.3. Природне світло повинно падати збоку, переважно зліва.

1.4. При розміщенні робочих місць з відео терміналами та ПК необхідно дотримуватись таких вимог:

- робочі місця з відеотерміналами та ПК розміщуються на відстані не менше 1 м від стін зі світловими прорізами;
- відстань між бічними поверхнями відеотерміналів має бути не меншою за 1,2 м;
- відстань між тильною поверхнею одного відеотерміналу та екраном іншого не повинна бути меншою 2,5 м;
- прохід між рядами робочих місць має бути не меншим 1 м.

1.5. Конструкція робочого місця користувачів відеотерміналу (при роботі сидячи) має забезпечувати підтримання оптимальної робочої пози з такими ергономічними характеристиками: ступні ніг – на підлозі або на підставці для ніг; стегна – в горизонтальній площині; передпліччя – вертикально; лікті – під кутом 70-90° до вертикальної площини; зап'ястя зігнуті під кутом не більше 20° відносно горизонтальної площини, нахил голови – 15-20° відносно вертикальної площини.

1.6. Екран відеотерміналу та клавіатура мають розташовуватися на оптимальній відстані від очей користувача, але не ближче 600 мм, з урахуванням розміру алфавітно-цифрових знаків та символів. Відстань від екрана до ока працівника повинна складати 600-1000 мм, в залежності від розміру екрана по діагоналі.

1.7. Забороняється приступати працівникам в стані алкогольного, наркотичного чи токсичного сп'яніння.

1.8. Під час роботи на ПК, до складу яких входять відеодисплейні термінали (ВДТ), на працівників можуть діяти такі небезпечні та шкідливі виробничі фактори:

фізичні:

- підвищений рівень шуму на робочому місці (від вентиляторів, процесорів та аудіоплат);
- підвищене значення напруги в електричному ланцюзі, замикання якого може статися через тіло людини;
- підвищений рівень статичної електрики;
- підвищений рівень електромагнітного випромінювання;
- підвищена напруженість електричного поля;
- пряма та відбита від екрана блисткість; несприятливий розподіл яскравості в полі зору;

психофізіологічні:

- фізичні перевантаження статичної та динамічної дії;
- нервово-психічні перевантаження (перенапруження аналізаторів, розумове перенапруження, монотонність праці, емоційні перевантаження).

II. Вимоги безпеки перед початком роботи.

2.1. Увімкнути систему кондиціювання повітря в приміщенні.

2.2. Перевірити надійність встановлення апаратури на робочому столі. ВДТ має стояти не на краю стола. Повернути ВДТ так, щоб було зручно дивитися на екран – під прямим кутом (а не збоку) і трохи зверху вниз; при цьому екран має бути трохи нахиленим – нижній його край ближче до оператора.

2.3. Перевірити загальний стан апаратури, перевірити справність електропроводки, з'єднувальних шнурів, штепсельних вилок, розеток, заземлення захисного екрану.

2.4. Відрегулювати освітленість робочого місця.

2.5. Відрегулювати та зафіксувати висоту крісла, зручний для користувача нахил його спинки.

2.6. Ввімкнути апаратуру ПК вимикачами на корпусах в послідовності: стабілізатор напруги, ВДТ, процесор, принтер (якщо передбачається друкування).

2.7. При виявленні будь-яких несправностей роботу не розпочинати, повідомити про це керівника.

III. Вимоги безпеки під час виконання роботи.

3.1. Необхідно стійко розташовувати клавіатуру на робочому столі, не допускаючи її хитання. Разом з тим має бути передбачена можливість її

поворотів та переміщень. Положення клавіатури та кут її нахилу мають відповідати побажанням користувача.

3.2. Для зменшення несприятливого впливу на користувача пристроїв типу "миша" (вимушена поза, необхідність постійного контролю за якістю дій) належить забезпечити вільну велику поверхню столу для переміщення "миші" і зручного упору ліктьового суглобу.

3.3. Не дозволяються сторонні розмови, подразнюючі шуми.

3.4. Періодично, при вимкненому ПК, прибирати ледь змоченою мильним розчином бавовняною ганчіркою порох з поверхонь апаратури. Екран ВДТ та захисний екран протирають ватою, змоченою в спирті. Не дозволяється використовувати рідинні або аерозольні засоби для чищення поверхонь комп'ютера.

3.5. Забороняється:

- самостійно ремонтувати апаратуру, тим більше ВДТ, в якому кінескоп знаходиться під високою напругою (близько 25 кВ); ремонт апаратури виконують тільки спеціалісти з технічного обслуговування ПК, вони ж раз на півроку повинні відкривати процесор і вилучати пилососом пил і бруд, що там накопичилися;
- класти будь-які предмети на апаратуру ПК, канапки та напої на клавіатуру або поруч з нею – це може вивести її з ладу.

3.6. Для зняття статичної електрики рекомендується час від часу доторкатись до металевих поверхонь (батарея центрального опалення, тощо).

3.7. Для зниження напруженості праці на ПК необхідно рівномірно розподіляти і чергувати характер робіт відповідно до їх складності. З метою зменшення негативного впливу монотонності доцільно застосовувати чергування операцій введення тексту та числових даних (зміна змісту робіт), чергування текстів та введення даних.

3.8. Для зменшення негативного впливу на здоров'я працівників виробничих факторів, пов'язаних з роботою на ПК, необхідно раціонально організувати режим праці і відпочинку.

3.9. Тривалість безперервної роботи з ВДТ без регламентованої перерви має не перевищувати 2 год. Тривалість обідньої перерви визначається чинним законодавством про працю та правилами внутрішнього трудового розпорядку університету.

IV. Вимоги безпеки після закінчення роботи.

4.1. Закінчити та записати у пам'ять ПК файл, що знаходиться в роботі.

4.2. Вимкнути принтер, інші периферійні пристрої, вимкнути ВДТ і процесор. Вимкнути стабілізатор, якщо комп'ютер підключений до мережі через нього. Штепсельні вилки витягти з розеток. Накрити клавіатуру кришкою для запобігання попаданню в неї пилу.

4.3. Прибрати робоче місце. Оригінали та інші документи покласти в ящик стола.

4.4. Ретельно вимити руки теплою водою з милом.

4.5. Вимкнути кондиціонер, освітлення і загальне електроживлення підрозділу.

4.6. Рекомендується в спеціально обладнаному приміщенні провести сеанс психофізіологічного розвантаження і зняття втоми з виконанням спеціальних вправ аутогенного тренування.

V. Вимоги безпеки в аварійних ситуаціях.

5.1. При раптовому припиненні подавання електроенергії вимкнути ПК.

5.2. При виявленні ознак горіння (дим, запах гару), вимкнути апаратуру, знайти джерело займання і вжити заходів щодо його ліквідації, повідомити керівника робіт.

5.3. У разі виникнення пожежі негайно повідомити пожежну частину, вжити необхідних заходів щодо евакуації людей і приступити до гасіння первинними засобами пожежогасіння.

Директор ГЦІС _____ Трохименко В.С.

УЗГОДЖЕНО:

Керівник служби охорони праці _____ Узунова А.П.

Начальник юридичного відділу _____ Овсяннікова Т.В.

Головний інженер _____ М'якушко М.В.