

Міністерство освіти і науки України
Дніпровський фаховий коледж енергетичних та інформаційних технологій

ІНСТРУКЦІЯ
З ОХОРОНИ ПРАЦІ
для працівників, зайятих на роботах із персональними ПК

Дніпро

Затверджено
Наказ директора ДФКЕІТ
від 22.12.2021 № 107-ар

ІНСТРУКЦІЯ З ОХОРОНИ ПРАЦІ

для працівників, зайнятих на роботах із персональними ПК

1 Загальні положення

1.1. Дана інструкція, розроблена на підставі ДНАОП 5.2.30-1.08-96 і ВСН 4559-88 "Тимчасові санітарні норми і правила для працівників обчислювальних центрів" і рекомендацій учбово - методичного посібника "Охорона праці користувачів комп'ютерних відео дисплейних терміналів".

1.2. До роботи на персональних ПК допускаються особи від 18 років, що не мають протипоказань за результатами попереднього медичного огляду і пройшли інструктаж, навчання й перевірку знань по охороні праці і мають 1 кваліфікаційну групу з електробезпеки.

1.3. Допуск до роботи на персональних ПК осіб до 18 років (практикантів, здобувачів освіти) здійснюється під керівництвом досвідчених працівників, що мають кваліфікаційну групу по електробезпеці не нижче 3.

1.4. Праця на робочому місці, оснащеному дисплеєм, супроводжується дією наступних небезпечних і шкідливих факторів:

- напруження зору,
- гіподинамія,
- монотонність праці,
- підвищений рівень статичної електрики,
- відбиті бліки екрана дисплея,
- емоційні перевантаження,
- можливість поразки електричним струмом.

1.5. Для зниження й попередження шкідливого впливу вищевказаних факторів необхідно:

- для зниження рівня статичної електрики розташовувати екран дисплея на відстані не ближче 550 - 700 мм. від очей оператора,
- для зниження бліків екран дисплея повинен розташовуватися перпендикулярно світлового потоку від віконних прорізів або від електросвітильників;
- для зниження втоми очей
 - освітленість робочого місця повинна бути не менш 300 - 500 люкс; яскравість світіння екрана - не менш 100 кл / кв. м.;
 - мінімальний розмір світної точки - не більш 0,6 мм.;
 - контрастність зображення знака - не менш 0,8;
 - частота регенерації - не менш 72 Гц.;
- для зниження впливу гіподинамії й емоційних перевантажень варто використовувати технологічні перерви і виконувати комплекс фізичних вправ, зазначених у Додатку 1 і 2, п. 10, Тимчасових санітарних норм.

2. Вимоги безпеки перед початком роботи.

- 2.1. Залишити в гардеробі вуличний одяг, особисті речі.
- 2.2. Забрати з робочого місця предмети, що не будуть використовуватися в роботі.
Забороняється класти на блоки ПК папір, книги, документи й інші предмети.
- 2.3. Забороняється, щоб уникнути перевантаження мережі, підключати ПК через трійники разом з іншими електроприладами.
- 2.4. Включити, при необхідності, штучне освітлення, настільний світильник.
- 2.5. Зовнішнім оглядом переконатися в справності сполучних проводів, штепсельних рознімачів, шин заземлення й вимикачів, у надійності кріплення захисних кожухів і кришок блоків ПК.
- 2.6. Перевірити відсутність пилу на екрані дисплея й правильність установки паперу в прийомний лоток принтера. Не допускати забивання пилом і сторонніми предметами вентиляційних отворів для відводу тепла з блоків ПК.
- 2.7. Відрегулювати висоту сидіння стільця й підставки для ніг. Відрегулювати положення екрана монітора щодо свого поля зору.
- 2.8. При виявленні несправностей і інших недоліків, що створюють небезпеку або значні незручності в роботі, заявити про це керівникові відділу, ділянки.

3. Вимоги безпеки під час роботи.

- 3.1. При включенні персональної ПК і освітлення в електромережу, братися тільки за ізольовані частини штепсельних колодок.
- 3.2. Дотримувати зазначену в інструкції з експлуатації послідовність включення блоків ПК.
- 3.3. Щоб уникнути розрядів статичної електрики, забороняється доторкатися до екрана дисплея.
- 3.4. При введенні даних, редагуванні програм, читанні інформації з екрана, безперервна тривалість роботи перед екраном не повинна перевищувати 1 годину з наступними регламентованими перервами по 10 хвилин для відпочинку та виконувannya комплексу фізичних вправ, релаксаційної гімнастики й ауто генного тренування.
- 3.5. Забороняється при не відключеному електроживленні ПК :
 - розкривати захисні кожухи й кришки блоків ПК, робити регулювання й чищення внутрішніх деталей, змінювати запобіжники;
 - переключати сполучні шнури блоків ПК;
 - змінювати встановлену конфігурацію робочого місця, переставляти блоки ПК;
 - робити вологе прибирання поверхонь комп'ютера;
 - приймати їжу безпосередньо за клавіатурою комп'ютера.
- 3.6. Категорично забороняється на робочому місці оператора ПК :
 - курити, користатися відкритим вогнем;
 - зберігати легкозаймисті, вибухонебезпечні і хімічно активні, що руйнують ізоляцію, продукти.

4. Дії персоналу в аварійних ситуаціях.

- 4.1. Ознаками аварійної ситуації на робочому місці оператора ПК є:
 - поява збоїв у роботі ПК, заїдання паперу в принтері, зникнення зображення на екрані дисплея,
 - коротке замикання, іскріння, появи запаху гару, підвищене нагрівання корпусу, штепсельних рознімачів, сполучних проводів, зниження або зникнення напруги в мережі і т.п.
- 4.2. В аварійній ситуації необхідно :
 - роботу припинити, ПК відключити від мережі,

- при загорянні використовувати вуглекислотний або порошковий вогнегасники;
- ужити заходів по евакуації людей і наданню першої медичної допомоги постраждалим,
- доповісти про те, що трапилося, керівникові відділу, ділянки.
- при необхідності викликати швидку допомогу, пожежну команду.

5. Вимоги безпеки після закінчення роботи.

- 5.1. Закінчити працюючі програми, закрити всі каталоги, підготувати комп'ютер до вимикання.
- 5.2. Відключити ПК і місцеве електроосвітлення від мережі.
- 5.3. Упорядкувати робоче місце, забрати документи, що використовувалися.
- 5.4. Переконатися у відсутності пожежної небезпеки.
- 5.5. Докласти керівникові відділу, ділянки про закінчення роботи і про виявлені під час роботи несправності й інші недоліки.

Заступник директора

з адміністративно-господарської роботи _____ О.М. Осіпов

УЗГОДЖЕНО:

Інженер з охорони праці
провідний спеціаліст

О.О. Осауленко

Юрисконсульт

Н.В. Чорна