



**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
УКРАЇНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені МИХАЙЛА ДРАГОМАНОВА**

**ІНСТРУКЦІЯ
З ОХОРОНИ ПРАЦІ № 107
під час роботи на персональному комп'ютері**

Київ – 2023 р.

ЗАТВЕРДЖЕНО

Наказом ректора УДУ

імені Михайла Драгоманова

від « 08 » вересня 2023 р. №_327

ІНСТРУКЦІЯ

З ОХОРОНИ ПРАЦІ № 107

під час роботи на персональному комп'ютері

I. Загальні положення.

1.1. Вимоги інструкції з охорони праці є обов'язковими для виконання працівниками відповідно до Закону України «Про охорону праці», ДНАОП 0.00-4.15-98 "Положення про розробку інструкцій з охорони праці", Вимог щодо безпеки та захисту здоров'я працівників під час роботи з екранними пристроями, затверджені наказом Мінсоцполітики України № 207 від 14.02. 2018 р., Кодексу законів про працю України та санітарних норм.

1.2. До роботи на персональному комп'ютері (ПК) допускаються працівники, які ознайомлені зі вступним інструктажем щодо вимог з охорони праці під час роботи з ПК, а також первинним інструктажем з охорони праці на робочому місці (незалежно від ступеня освіти, стажу роботи, посади).

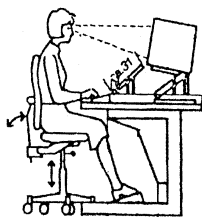
1.3. У процесі роботи працівник проходить повторні, позапланові, цільові інструктажі з охорони праці, що відбуваються на робочому місці один раз на 6 місяців.

1.4. Під час роботи на ПК та інших екранних пристроях, на стан здоров'я працівника можуть впливати такі небезпечні та шкідливі фактори:

- електрострум, випромінювання;
- перенапруження зору під час роботи з екранними пристроями, особливо за умови нераціонального розташування екрана відносно до очей;
- нервово-емоційне та інтелектуальне навантаження.

За умови дотримання зазначених вище вимог робота з ПК не належить до категорії зі шкідливими умовами праці. Оскільки вона пов'язана з підвищеним зоровим навантаженням, її зараховують до робіт з особливими умовами.

1.5. Освітлювальні прилади мають забезпечувати рівномірну освітленість приміщення і не утворювати засліплювальних відблисків на клавіатурі й інших частинах ПК, а також на екрані дисплея в напрямку до очей користувача.



1.6. Монітори мають бути розміщеними при однорядному їх розташуванні на відстані не меншій за 1 м від стін; відстань між робочими місцями має бути не менша за 1,5 м. Забороняється встановлювати монітори один навпроти одного.

1.7. Монітор встановлюють так, щоб відстань від поверхні екрана до очей користувача дорівнювала 600–700 мм залежно від розміру екрана.

1.8. Необхідно розмістити клавіатуру на робочому столі, не допускаючи її хитання, або на окремому столі на відстані 100–300 мм від його краю та ближче до працівника. Положення та кут її нахилу має відповідати побажанням оператора (користувача), кут нахилу в межах 5°–15°.

1.9. Розташувати принтер необхідно поряд із системним блоком таким чином, щоб з'єднувальний шнур не був натягненим, а доступ до нього оператора (користувача) та його колег був зручним; максимальна відстань до клавіш керування принтером не перевищувати довжину витягнутої руки (по висоті 900–1300 мм, по глибині 400–500 мм).

Забороняється ставити принтер на процесор.

1.10. Перед тим, як програмувати роботу принтера, необхідно переконатися, що він перебуває в режимі зв'язку із комп'ютером.

1.11. Конструкція робочого столу має забезпечувати можливість оптимального розташування на робочій поверхні обладнання, що ним послуговується користувач, з урахуванням його кількості, розмірів, конструктивних особливостей (клавіатури, принтера, ПК тощо) та своєрідності його роботи, а також мати поверхню з низькою відбивальною здатністю.

1.12. У приміщеннях і на робочому місці необхідно підтримувати чистоту й порядок, здійснювати систематичне провітрювання.

1.13. Розетка біля ПК має бути в доступному місці, щоб в аварійних випадках можна було своєчасно його відімкнути. Не рекомендовано використовувати подовжувачі.

1.14. Під час переміщення ПК і периферійних пристроїв, необхідно витягти вилку живлення з розетки.

1.15. Не допускати ушкодження чи модифікації шнура живлення. Заборонено ставити важкі речі на шнур живлення, тягнути чи надмірно перегинати його, скручувати й перев'язувати шнур живлення вузлом.

1.16. ПК під'єднувати до електромережі лише за допомогою справних штепсельних з'єднань і електророзеток заводського виготовлення.

1.17. Заборонено під'єднувати електрообладнання до звичайної двошнурової електромережі.

1.18. Про всі виявлені під час роботи несправності обладнання необхідно доповісти керівникові структурного підрозділу, у випадку аварії необхідно негайно припинити роботу для усунення аварійних обставин.

1.19. Працівник мусить знати правила пожежної безпеки й уміти користуватися первинними засобами пожежогасіння.

1.20. Пам'ятати про особисту відповідальність за дотримання і виконання правил з охорони праці та дбати про безпеку колег по роботі.

1.21. За порушення цієї інструкції згідно з вимогами чинного законодавства України працівник несе персональну відповідальність.

1.22. Можливі небезпечні фактори:

- ураження електричним струмом під час використання електрифікованих наочних посібників, обладнання та устаткування;
- травмування під час виникнення природних або техногенних надзвичайних ситуацій.

2. Вимоги щодо безпеки перед початком роботи на ПК

2.1. Оглянути робоче місце та навести на ньому лад; впевнитися, що на ньому немає сторонніх предметів, усе обладнання та блоки ПК з'єднані з системним блоком з'єднувальними шнурами.

2.2. Перевірити надійність встановлення апаратури на робочому столі. Монітор не має стояти на краю стола. Повернути монітор 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 край ближче до користувача.

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

2.4. Вставити вилку в розетку та впевнитися, що вона міцно тримається. Заборонено вставляти і виймати вилку мокрими руками.

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

2.6. У разі потреби під'єднати до комп'ютера необхідну апаратуру (принтер, сканер тощо), всі кабелі, що під'єднані до системного блока і з'єднані з іншими пристроями, вмикати та вимикати лише при вимкненому комп'ютері.

2.7. Відрегулювати яскравість свічення та контрастність зображення на моніторі.

2.8. Про всі виявлені несправності інформувати керівника лабораторії чи відділу і не розпочинати роботи, доки їх не буде усунено.

3. Вимоги щодо безпеки під час роботи на ПК

3.1. Виконувати тільки ту роботу, що належить до переліку обов'язків працівника.

3.2. Вмикати й вимикати ПК тільки за допомогою вимикача (кнопка «Пуск»), забороняється вимикати ПК вийманням вилки з розетки.

3.3. Не допускати до ПК сторонніх осіб, які не беруть участі в роботі.

3.4. Забороняється переміщати й переносити блоки й обладнання, що перебувають під напругою.

3.5. Суворо дотримуватися загальних вимог з електробезпеки та пожежної безпеки.

3.6. Категорично забороняється самостійно розбирати та здійснювати ремонт електронної та електронно-механічної частини ПК. Ці роботи можуть виконувати лише фахівці з технічного обслуговування ПК.

3.7. ПК та додатковим обладнанням до нього (клавіатура, маніпулятор «миша», принтер і сканер) необхідно користуватися тільки в суворій відповідності до експлуатаційної документації.

3.8. Під час виконання роботи необхідно бути уважним, не звертати уваги на сторонні речі.

3.9. Тривалість праці перед екраном дисплея: безперервна тривалість роботи при 8-годинному робочому дні – не більше 4 годин, або через кожну годину роботи – перерва на 10 хв., через 2 години – 15 хв, відповідно до ДСанПіН 3.3.2.007-98.

3.10. Раціональна поза користувача:

- ступні ніг розташовані на підлозі або на спеціальній підставці;
- стегна ніг зорієнтовані у горизонтальній площині;
- верхні ділянки рук розташовуються вертикально; кут ліктьового суглоба у межах 70°–90°
- зап'ястя рук зігнуті під кутом не більше ніж 20°; нахил голови у межах 15°–20°, а часті її повороти виключені.

4. Вимоги щодо безпеки після закінчення роботи на ПК

4.1. Закінчити та записати у пам'яті комп'ютера файл (електронний документ), що перебуває в роботі. Вийти з програмної оболонки та повернутися до середовища операційної системи.

4.2. Відключити ПК, принтер та інші периферійні пристрої від електромережі. Штепсельні вилки витягти з розеток.

4.3. Прибрати робоче місце.

5. Вимоги щодо техніки безпеки в аварійних ситуаціях

5.1. До аварійних ситуацій належать:

- загоряння обладнання, матеріалів, речовин;
- відключення електропостачання, що надає живлення для засобів захисту комп'ютерного обладнання, обривання та коротке замикання електрокомунікацій, електрообладнання;
- руйнування обладнання.

5.2. При виникненні аварійної ситуації необхідно:

- припинити роботу;
- вимкнути пристрої, обладнання й устаткування за допомогою запобіжників на електрощитових;

- залишити небезпечну зону;
- повідомити адміністрацію про виникнення аварійної ситуації;
- допомагати в ході усунення наслідків аварійної ситуації.

5.3. При виникненні пожежі застосувати всі можливі заходи щодо її гасіння за допомогою вогнегасників та інших засобів, а також негайно викликати пожежну охорону (за номером 101) та повідомити керівництво університету та відділ охорони праці. Після прибуття пожежних підрозділів виконувати розпорядження керівника щодо гасіння пожежі.

5.4. При нещасних випадках з людьми необхідно надати першу долікарську допомогу, викликати швидку медичну допомогу за номером тел.: 103, упродовж 1-ої години повідомити керівництву структурного підрозділу, адміністрацію Університету та працівникам відділу охорони праці за номером тел.: 239-30-23,

вжити заходів для збереження обставин, при яких стався (відбувся) нещасний випадок, якщо це не створює загрози для життя і здоров'я інших працівників.

Директор Інформаційно-
обчислювального центру



Андрій БРАТАНИЧ

УЗГОДЖЕНО:

Проректор з науково-педагогічної роботи
(адміністративно-господарської діяльності)



Ростислав ДРАПУШКО

В.о. начальника відділу охорони праці



Наталія БСЛЯСВА

Начальник юридичного відділу



Геннадій РАШКОВСЬКИЙ