

ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда при работе со средствами организационной техники
ИОТ-041-2022

1. Общие требования охраны труда

1.1. Настоящая инструкция по охране труда при работе со средствами организационной техники разработана с учетом условий работы в краевом государственном бюджетном нетиповом образовательном учреждении «Краевой детский центр «Созвездие» (далее – организация).

1.2. Под организационной техникой понимаются персональные компьютеры, ноутбуки, периферийные устройства, копировальная техника, многофункциональные устройства, телефаксы и т.д.

1.3. Площадь на одно постоянное рабочее место для пользователей персональными компьютерами на базе плоских дискретных экранов (жидкокристаллических) должна составлять не менее 4,5 кв.м.

1.4. Работник перед выполнением работы должен:

- пройти вводный и первичный инструктажи на рабочем месте, обучение по охране труда, стажировку (при необходимости);
- руководствоваться в работе правилами внутреннего распорядка организации;
- иметь I группу допуска по электробезопасности;
- выполнять трудовые обязанности согласно установленного режима рабочего времени и времени отдыха в организации;
- контролировать и соблюдать правила безопасности при использовании в работе электроприборов и оборудования;
- знать и соблюдать правила личной гигиены и эпидемиологические нормы при выполнении трудовых обязанностей, согласно требованиям действующего законодательства.

1.5. На работника возможно воздействие следующих вредных и (или) опасных производственных факторов:

- опасный уровень напряжения в электрической цепи, замыкание которой может произойти через тело человека;
- статическое электричество;
- повышенная яркость светового изображения;
- недостаточная освещенность рабочей зоны;
- нервно-психологические перегрузки.

1.6. На рабочем месте при выполнении работ имеются следующие риски и опасности:

- нарушение остроты зрения при недостаточной освещенности рабочего места;
- зрительное утомление при длительной работе с персональным компьютером, ноутбуком;
- опасность повреждения позвоночника или конечностей в следствие неудобной посадки на рабочем месте;
- опасность заболеваний, связанных с воздействием электрического поля промышленной частоты;
- опасность поражения током вследствие прямого контакта с токоведущими частями из-за касания незащищенными частями тела деталей машин или оборудования, находящихся под напряжением из-за неисправного состояния машин или оборудования (косвенный контакт);
- повышенный уровень статического электричества;
- динамические локальные перегрузки мышц кистей рук;
- монотонность труда.

1.7. Работник извещает своего непосредственного руководителя структурного подразделения либо лицо, его замещающее, а при отсутствии руководителя структурного подразделения – курирующего заместителя генерального директора, о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, происшедшем на производстве, об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого заболевания.

1.8. Запрещается выполнять работу со средствами организационной техники, находясь в состоянии алкогольного опьянения либо в состоянии, вызванном потреблением наркотических средства, психотропных, токсических или других одурманивающих веществ, а также распивать спиртные напитки и употреблять вышеперечисленные средства на рабочем месте и в рабочее время.

2. Требования охраны труда перед началом работы

2.1. Перед началом работы сотрудник должен:

- проверить исправность электроосвещения на рабочем месте. При недостаточной освещенности необходимо организовать местное освещение, причем расположить светильники местного освещения так, чтобы при выполнении работы источник света не слепил глаза как самому работающему, так и окружающим. Осветительные приборы должны быть исправны и надежно подвешены к потолку, иметь целостную светорассеивающую конструкцию и не содержать следов загрязнений;
- проветрить помещение рабочего места (при необходимости);
- проверить правильность подключения оборудования к электросети;

- проверить исправность и целостность компьютерной техники, электрических и сетевых проводов (при наличии видимых повреждений не приступать к работе до устранения неисправностей);

- проверить наличие первичных средств пожаротушения.

2.2. В случае обнаружения повреждений и неисправностей электрооборудования, периферийных устройств, средств оргтехники, мебели, приспособлений, электропроводки и других кабелей, электророзеток, электровыключателей, светильников, кондиционеров и другого оборудования, не включать оборудование, не приступать к работе, вызвать технический (ремонтный) персонал и сообщить об этом в соответствующую службу (при необходимости). Приступать к работе можно только после устранения всех неисправностей.

3. Требования охраны труда во время работы

3.1. Во время работы сотрудник должен:

- соблюдать правила личной гигиены и безопасности труда;
- пользоваться при выполнении трудовых обязанностей исправным электрооборудованием, не оставлять без присмотра работающее оборудование;
- соблюдать чистоту и порядок на рабочем месте;
- не загромождать рабочее место посторонними и лишними предметами;
- соблюдать правила пожарной безопасности;
- при длительном отсутствии на рабочем месте отключать от электросети средства оргтехники и другое оборудование, за исключением оборудования, определенного для круглосуточной работы (аппараты факсимильной связи, сетевые серверы и т.д.);
- отключать средства оргтехники и другое оборудование от электросети, только держась за вилку штепсельного соединителя;
- не допускать натягивания, скручивания, перегиба и пережима шнуров электропитания оборудования, проводов и кабелей, не допускать нахождения на них каких-либо предметов и соприкосновения их с нагретыми поверхностями;
- не допускать попадания влаги на поверхность электрооборудования, периферийных устройств. Не протирать влажной или мокрой ветошью оборудование, которое находится под электрическим напряжением (когда вилка штепсельного соединителя шнура электропитания вставлена в розетку);
- соблюдать зрительную дистанцию до экрана монитора не менее 50 см;
- держать осанку правильно. Спинка кресла должна быть установлена максимально вертикально;

- соблюдать порядок, не загромождать рабочее место документацией, бумагой и другими предметами;
- ежедневно дезинфицировать клавиатуру, мышь, тачпад в соответствии с рекомендациями производителя либо с использованием растворов или салфеток на спиртовой основе, содержащих не менее 70 % спирта;
- при длительной работе с документами с целью снижения утомления зрительного анализатора – необходимо делать перерыв на 10-15 минут, выполняя комплекс упражнений для глаз, физкультурные паузы;
- каждые 2 часа работы с компьютером (ноутбуком) проветривать помещение.

3.2. Во время работы не допускается:

- прикасаться к движущимся частям средств оргтехники и другого оборудования;
- работать при недостаточной освещенности рабочего места;
- касаться элементов средств оргтехники и другого оборудования влажными руками;
- переключать интерфейсные кабели, вскрывать корпуса средств оргтехники и другого оборудования и самостоятельно производить их ремонт;
- использовать самодельные электроприборы и электроприборы, не имеющие отношения к выполнению трудовых обязанностей;
- выполнять действия, которые потенциально способны привести к несчастному случаю (качаться на стуле, облакачиваться на компьютер или стол и т.д.).

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. При выполнении трудовых обязанностей на рабочем месте могут возникнуть следующие аварийные ситуации (аварии):

- техническая неисправность электрического оборудования, применяемого в работе, вследствие неправильного использования оборудования либо выходом из строя оборудования (либо заводского брака);
- короткое замыкание, отключение электрооборудования, вследствие перенапряжения в электрической сети, старения изоляции проводов, механического повреждения изоляции проводов, неудовлетворительным уходом за оборудованием;
- возгорание, пожар, вследствие несоблюдения правил пожарной безопасности, неудовлетворительным уходом за оборудованием, отсутствием навыков использования первичных средств пожаротушения и отсутствием первичных средств пожаротушения.

4.2. Работник извещает своего непосредственного руководителя либо лицо, его замещающее, а при отсутствии руководителя структурного подразделения – курирующего заместителя генерального директора, о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, происшедшем на производстве, об ухудшении состояния своего здоровья, в

том числе о проявлении признаков острого заболевания, а также обязательно оповещает соответствующие экстренные службы.

4.3. При вызове экстренных служб работник обязан действовать по плану, который дала соответствующая служба.

4.4. При возникновении технической неисправности оборудования, угрожающей аварией на рабочем месте или в здании организации работник обязан прекратить его эксплуатацию, а также подачу к нему электроэнергии, воды, материалов. Не приступать к работе до полного устранения повреждений и неисправностей оборудования или устранения аварийной ситуации.

4.5. При временном прекращении подачи электроэнергии работнику необходимо отключить от электросети средства оргтехники и прочее электрооборудование.

4.6. При возникновении возгорания, пожара работнику необходимо прекратить работу, вызвать пожарную охрану, отключить средства оргтехники и прочее оборудование от электросети, оповестить о пожаре находящихся поблизости людей, принять меры к эвакуации людей из опасной зоны и принять участие в тушении пожара имеющимися первичными средствами пожаротушения, а при невозможности ликвидировать пожар – покинуть опасную зону, действуя согласно инструкциям по пожарной безопасности и планам эвакуации. Тушение очага пожара производить с помощью порошковых или углекислотных огнетушителей с обязательным использованием средств индивидуальной защиты.

4.7. При несчастных случаях на производстве с другими работниками работнику необходимо оказать пострадавшему первую помощь, помочь доставить его в ближайшее медицинское учреждение, при необходимости вызвать медицинских работников на место происшествия, сохранить без изменений обстановку на рабочем месте до расследования, если она не создаст угрозу для работающих и не приведет к аварии.

4.8. Работник при необходимости должен уметь оказывать первую помощи пострадавшим.

Для начала необходимо выполнить мероприятия по оценке обстановки и обеспечению безопасных условий для оказания первой помощи:

- определение угрожающих факторов для собственной жизни и здоровья и для жизни и здоровья пострадавшего (есть ли загазованность, угроза взрыва, пожара, ДТП, обрушения здания, поражения электрическим током, и пр.);
- устранение угрожающих факторов для жизни и здоровья (при условии обеспечения собственной безопасности);
- прекращение действия повреждающих факторов на пострадавшего;
- оценка количества пострадавших;
- извлечение пострадавшего из транспортного средства или других труднодоступных мест;
- перемещение пострадавшего (осуществляется только в тех случаях, если оказание помощи на месте происшествия невозможно).

После осуществления вышеуказанных мероприятий необходимо:

- немедленно вызвать бригаду медицинской помощи или другую специальную службу, сотрудники которой обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом;
- придать пострадавшему оптимальное положение тела;
- контролировать состояния пострадавшего (сознание, дыхание, кровообращение) и оказывать психологическую поддержку;
- передать пострадавшего бригаде медицинской помощи, другим специальным службам, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом.

Мероприятия по определению признаков жизни и восстановлению проходимости дыхательных путей у пострадавшего:

- определить наличие сознания у пострадавшего (отвечает на вопросы или нет);
- определить наличие кровообращения путем проверки пульса на магистральных артериях (при отсутствии пульса - проведение сердечно-легочной реанимации);
- запрокинуть голову пострадавшего с подъемом подбородка (при отсутствии признаков повреждения шейного отдела позвоночника);
- выдвинуть нижнюю челюсть (открыть пострадавшему рот);
- определить наличие дыхания с помощью слуха, зрения и осязания;
- при наличии инородных тел (рвотные массы, вставные зубные протезы и т.д.) в полости рта - удалить;
- при наличии пульса на сонных артериях и отсутствии дыхания проводится только искусственное дыхание "Рот ко рту" или "Рот к носу".

При оценке состояния пострадавшего необходимо также обращать внимание на состояние видимых кожных покровов и слизистых (покраснение, бледность, синюшность, желтушность, наличие ран, ожоговых пузырей и др.), а также на позу (естественная или неестественная).

Если пострадавший не отвечает на вопросы и неподвижен, зрачки не реагируют на свет (нормальная реакция зрачка на свет: при затемнении - расширяется, при освещении - сужается) и у него отсутствует пульс на сонной или другой доступной артерии, необходимо немедленно приступить к проведению реанимационных мероприятий.

Мероприятия по поддержанию проходимости дыхательных путей:

- придание пострадавшему устойчивого бокового положения;
- запрокидывание головы с подъемом подбородка (при отсутствии признаков повреждения шейного отдела позвоночника);
- выдвижение нижней челюсти (открыть пострадавшему рот).

Правила проведения сердечно-легочной реанимации:

- пострадавшего необходимо уложить на ровную жесткую поверхность, освободить грудную клетку от одежды и приступить к проведению наружного массажа сердца и искусственного дыхания;

- наружный массаж сердца выполняется выпрямленными в локтевых суставах руками со сложенными одна на другую ладонями, путем надавливания резкими толчками на область нижней трети грудины. Глубина продавливания грудной клетки - не менее 3 - 4 см, частота надавливания - 90 - 110 раз в минуту;

- перед проведением искусственного дыхания необходимо, обмотав палец марлей или платком, очистить полость рта пострадавшего от инородных тел (сгустков крови, слизи, рвотных масс, выбитых зубов и др.);

- при проведении искусственного дыхания способом "Рот ко рту" необходимо зажать нос пострадавшего, захватить подбородок и выдвинуть нижнюю челюсть (открыть пострадавшему рот), запрокинуть его голову (при отсутствии признаков повреждения шейного отдела позвоночника) и сделать быстрый полный выдох в рот. Губы проводящего искусственное дыхание (через марлю или платок) должны быть плотно прижаты ко рту пострадавшего;

- после того, как грудная клетка пострадавшего достаточно расширилась, вдувание прекращают - грудная клетка спадает, что соответствует выдоху;

- в случае, когда челюсти пострадавшего плотно сжаты, лучше применить способ "Рот к носу". Для этого голову пострадавшего необходимо запрокинуть назад и удерживать одной рукой, положенной на темя, а другой - приподнять нижнюю челюсть и закрыть рот. Сделав глубокий вдох, производящий искусственное дыхание должен плотно, через марлю или платок, обхватить губами нос пострадавшего и сделать быстрый полный выдох;

- гигиеничнее и удобнее производить искусственное дыхание при помощи специальных устройств, входящих в комплектацию упаковок первой помощи, в соответствии с требованиями прилагаемых к ним инструкций;

- на каждые два дыхательных движения должно приходиться 30 массажных движений сердца (2 вдоха - 30 компрессий - 2 вдоха и т.д.);

- реанимационные мероприятия необходимо проводить до прибытия медицинского персонала или до появления у пострадавшего пульса и самостоятельного дыхания.

Мероприятия по обзорному осмотру пострадавшего и временной остановке наружного кровотечения:

- обзорный осмотр пострадавшего на наличие кровотечений;
- пальцевое прижатие артерии;
- наложение жгута;
- максимальное сгибание конечности в суставе;
- прямое давление на рану;
- наложение давящей повязки.

При венозном кровотечении кровь темная, вытекает сплошной струей. Способ остановки кровотечения - наложение давящей повязки в области ранения, приподняв пострадавшую часть тела.

При сильном артериальном кровотечении - кровь алая, вытекает быстро пульсирующей или фонтанирующей струей. Способ остановки кровотечения - сдавливание артерии пальцами с последующим наложением жгута, закрутки или резкое сгибание конечности в суставе с фиксацией ее в таком положении.

Жгут на конечности накладывают выше места ранения, обводя его вокруг поднятой кверху конечности, предварительно обернутой какой-либо мягкой тканью (бинтом, марлей), и связывают узлом на наружной стороне конечности. После первого витка жгута необходимо прижать пальцами сосуд ниже места наложения жгута и убедиться в отсутствии пульса. Следующие витки жгута накладывают с меньшим усилием.

При наложении жгута на шею требуется положить на рану тампон (упаковку бинта), поднять вверх руку пострадавшего с противоположной стороны раны и наложить жгут так, чтобы виток жгута одновременно охватил руку и шею, прижимая на ней тампон. После этого необходимо срочно вызвать врача.

При наложении жгута (закрутки) под него следует положить записку с указанием времени его наложения. Жгут можно наложить не более чем на один час.

Действия по удалению инородного тела из верхних дыхательных путей:

- встать позади пострадавшего;
- наклонить его вперед;
- нанести 5 резких ударов между лопатками пострадавшего основанием ладони;
- проверить, не удалось ли устранить закупорку после каждого удара.

Если инородное тело не удалено, необходимо использовать следующий прием: встать позади пострадавшего, обхватить его руками и сцепить их в замок чуть выше его пупка и резко надавить. Повторять серию надавливаний 5 раз.

Мероприятия по подробному осмотру пострадавшего в целях выявления признаков травм и оказанию первой помощи при них:

- проведение осмотра головы;
- проведение осмотра шеи;
- проведение осмотра груди;
- проведение осмотра спины;
- проведение осмотра живота и таза;
- проведение осмотра конечностей;
- наложение повязок при травмах различных областей тела, в том числе герметизирующей при ранении грудной клетки;
- проведение иммобилизации (с помощью подручных средств или с использованием изделий медицинского назначения);
- фиксация шейного отдела позвоночника (с помощью подручных средств или с использованием изделий медицинского назначения).

В случае проникающего ранения грудной клетки (при каждом вдохе пострадавшего воздух со свистом всасывается в рану, а при выдохе с шумом выходит из нее), необходимо как можно быстрее наложить герметизирующую повязку - закрыть рану салфеткой (по возможности стерильной) с толстым слоем марли, а поверх нее закрепить кусок клеенки или любого другого материала, не пропускающего воздух.

При переломах, вывихах необходимо провести иммобилизацию (обездвиживание) поврежденной части тела при помощи шины (стандартной или изготовленной из подручных средств - доски, рейки, палки, фанера), обернутой мягким материалом, и с помощью бинта зафиксировать ее так, чтобы обеспечить неподвижность поврежденного участка тела.

При закрытом переломе шину необходимо накладывать поверх одежды. При открытых переломах необходимо до наложения шины перевязать рану.

Шину необходимо располагать так, чтобы она не лежала поверх раны и не давила на выступающую кость. При отсутствии шины необходимо прибинтовать поврежденную ногу к здоровой, проложив между ними мягкий материал (свернутую одежду, вату, поролон).

При падении с высоты, при доступности оперативного оказания медицинской помощи, больного не следует перемещать.

Пострадавшего с травмой позвоночника запрещается сажать или ставить на ноги.

При болях в шейном отделе позвоночника необходимо зафиксировать голову и шею (вручную, подручными средствами, с использованием изделий медицинского назначения).

При повреждении головы пострадавшего следует уложить на спину, на голову наложить тугую повязку (при наличии открытой раны - стерильную), положить холодный предмет и обеспечить полный покой до прибытия врачей.

При растяжении связок необходимо наложить на место растяжения тугую повязку и холодный компресс.

Не допускается самим предпринимать каких-либо попыток вправления травмированной конечности.

При ранениях не допускается промывать рану водой, вливать в рану спиртовые и любые другие растворы, удалять из раны песок, землю, камни и другие инородные тела.

Не допускается накладывать вату непосредственно на рану.

Первая помощь при травмах глаз.

При ранениях глаза острыми или колющими предметами, а также повреждениях глаза при сильных ушибах пострадавшего следует срочно направить в ближайшее медицинское учреждение.

Попавшие в глаза предметы не следует вынимать из глаза, чтобы еще больше не повредить его. На глаз (оба глаза) наложить стерильную повязку.

При попадании пыли или порошкообразного вещества в глаза следует промыть их слабой струей проточной воды.

При ожогах глаз химическими веществами, необходимо открыть веки и обильно промыть глаза в течение 5 - 7 минут слабой струей проточной воды, после чего пострадавшего отправить в ближайшее медицинское учреждение.

При ожогах глаз горячей водой, паром промывание глаз не проводится. На глаз (оба глаза) пострадавшего накладывают стерильную повязку и направляют его в ближайшее медицинское учреждение.

Первая помощь при электротравмах.

При поражении электрическим током у пострадавшего возможны остановка дыхания и прекращение сердечной деятельности.

В случае отсутствия дыхания необходимо приступить к искусственной вентиляции легких, при отсутствии дыхания и прекращении сердечной деятельности следует применить искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.

Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца следует выполнять до тех пор, пока не восстановится естественное дыхание пострадавшего или до прибытия бригады медицинской помощи.

При наличии у пострадавшего термического ожога на пораженный участок кожи следует наложить стерильную повязку.

Пострадавшего от поражения электрическим током, независимо от его самочувствия и отсутствия жалоб, необходимо направить в ближайшее медицинское учреждение.

Термические ожоги.

При ожогах первой степени (наблюдается покраснение и небольшой отек кожи) и второй степени (образуются пузыри, наполненные жидкостью) на обожженное место необходимо наложить стерильную повязку.

Не следует смазывать обожженное место жиром и мазями, вскрывать или прокалывать пузыри.

При ожогах третьей степени следует на обожженное место наложить стерильную повязку и немедленно отправить пострадавшего в ближайшее медицинское учреждение.

Запрещается смазывать обожженное место жиром, маслами или мазями, отрывать пригоревшие к коже части одежды. Пострадавшему необходимо дать обильное питье.

Первая помощь при переохлаждениях и обморожениях.

При переохлаждении (озноб, мышечная дрожь, заторможенность, посинение или побледнение губ, снижение температуры тела) пострадавшего необходимо доставить в теплое помещение, затем снять одежду и растереть тело, одеть теплую сухую одежду или укрыть теплым одеялом, дать теплое сладкое питье.

При легком обморожении (кожа бледная и холодная, нет пульса у запястий и лодыжек, потеря чувствительности) необходимо пострадавшего доставить в теплое помещение, растереть обмороженное место чистым сукном или варежкой. Обмороженное место не допускается растирать снегом. Когда кожа покраснеет и появится чувствительность, наложить стерильную повязку.

Если при обморожении появились пузыри, необходимо перевязать обмороженное место сухим стерильным материалом. Не допускается вскрывать и прокалывать пузыри.

Во всех случаях переохлаждения и обморожения пострадавшего следует направить в медицинское учреждение или вызвать бригаду медицинской помощи.

Первая помощь при тепловом или солнечном ударе.

Признаки теплового или солнечного удара: слабость, сонливость, головная боль, жажда, тошнота, возможно учащение дыхания, повышение температуры тела и потеря сознания.

При солнечном или тепловом ударе пострадавшего необходимо перенести в затемненное прохладное место, уложить его, подняв голову, раздеть и обтереть тело холодной водой, положить на голову и на область сердца холодный компресс, давать обильное питье. Если пострадавший не дышит, следует приступить к проведению наружного массажа сердца и искусственного дыхания. При потере сознания более чем на 3 - 4 минуты, пострадавшего следует перевернуть на живот. Потерявшему сознание человеку не следует вливать в рот жидкость.

Первая помощь при отравлениях:

- вывести или вынести пострадавшего из опасной зоны, расстегнуть одежду, стесняющую дыхание, и обеспечить приток свежего воздуха;
- уложить пострадавшего, приподняв ноги, растереть тело и укрыть одеялом (теплыми вещами);
- оценить состояние пострадавшего;
- приступить к проведению искусственного дыхания и непрямого массажа сердца при нарушении дыхания и кровообращения;
- положить пострадавшего на живот, приложить холод к голове при отсутствии сознания более 4 минут.

При отравлениях газами недопустимо:

- употребление молока, кефира, растительных и животных жиров, так как они усиливают всасывание яда;
- проводить искусственное дыхание "Рот ко рту" без использования специальных масок, защищающих спасателя от выдоха пострадавшего.

При отравлении недоброкачественными пищевыми продуктами следует вызвать у пострадавшего искусственную рвоту и промыть желудок, при этом дать ему выпить большое количество (до 6 - 10 стаканов) теплой воды.

5. Требования охраны труда по окончании работ

5.1. По окончании работ работнику необходимо:

- отключить от электросети средства оргтехники и другое оборудование, за исключением оборудования, которое определено для круглосуточной работы (аппараты факсимильной связи, сетевые серверы и т.д.);

- привести в порядок рабочее место, закрыть окна, выключить освещение;
- проветрить кабинет (рабочее место);
- вымыть руки с мылом;
- известить непосредственного руководителя о недостатках, влияющих на безопасность труда, обнаруженных во время работы.

Начальник ремонтно-технического центра

С.А. Волощенко

СОГЛАСОВАНО

Специалист по охране труда
технического отдела ремонтно-технического центра

« 31 » 05 2022 г.

А.В. Дюбанова

Уполномоченный по охране
труда

« 31 » 05 2022 г.

М.Г. Мещерова