

ПАМЯТКА

ПО ОХРАНЕ ТРУДА

1. Общие сведения об образовательном учреждении. Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Колледж информационных технологий» является образовательным учебным заведением, готовящим специалистов по компьютерным системам, сетям и комплексам. Характерными особенностями колледжа является то, что наряду с учебными классами находятся и производственные участки с технологическим оборудованием, где студенты на практике реализуют полученные теоретические знания. Имеются классы обучения компьютерной грамоте, оснащённые современными компьютерами и другой электронной техникой.

2. Характеристика и требования к организации рабочего места

Под рабочим местом понимается та обстановка, в которой работник выполняет должностные обязанности, обусловленные трудовым договором и должностными инструкциями.

Для каждого вида существуют свои требования к организации рабочего места. Однако общими требованиями всегда остаются: надлежащее освещение, вентиляция, соответствующая температура воздуха, устранение нарушений и помех в выполнении рабочих операций.

Во всех случаях должны исключаться механическое, электрическое, температурное и химическое воздействия, шум, вибрация на работающего и учащегося. Защитные средства должны обеспечивать безопасность, не обременять работающего и учащегося, быть достаточно эффективными.

Рабочее место необходимо содержать, в чистоте в течение всего рабочего времени. На рабочем месте не должно быть ничего лишнего, мешающего работе.

Полы на рабочих местах и проходах к ним должны быть без выбоин и сколов, сухими, не скользкими и чистыми.

Для устойчивости размещения (укладки, установки) приборов, технических средств обучения, инструмента и инвентаря рабочее место должно быть оборудовано прочными столами, стойками, полками, стеллажами, игровыми приспособлениями т.п.

3. Основные нормативно-правовые акты в области охраны труда

Основными нормативно-правовыми актами в области охраны являются: Конституция РФ; Трудовой кодекс РФ; Федеральный закон "Об обязательном социальном страховании от несчастных случаев на производстве и профзаболеваний"; отраслевые, межотраслевые правила и инструкции по охране труда; локальные нормативные акты: приказы, правила, инструкции, должностные обязанности по охране труда в образовательном учреждении, трудовой договор.

Трудовой договор это соглашение между работником и работодателем, в соответствии с которым работодатель обязуется предоставить работнику работу по обусловленной трудовой функции, обеспечить безопасные и комфортные условия труда, своевременно и в полном размере выплачивать заработную плату, а работник обязуется лично выполнять определенную этим соглашением трудовую функцию, соблюдать действующие в организации правила внутреннего трудового распорядка.

4. Охрана труда женщин и лиц моложе 18 лет

Не допускается привлечение к работам в ночное время, к сверхурочным работам, работам в выходные и праздничные дни, направление в командировки беременных женщин, женщин кормящих грудью, женщин имеющих детей в возрасте до 3-х лет, детей инвалидов в возрасте до 18 лет.

Женщины, имеющие детей в возрасте до 3-х лет и ребенка инвалида в возрасте до 18 лет, допускается направлять в командировку, привлекать к сверхурочной работе, работе в ночное время, выходные и праздничные дни с их письменного согласия и при условии, что это не запрещено им медицинскими рекомендациями. При этом женщины должны быть ознакомлены в письменной форме со своим правом отказаться от направления в служебную командировку, привлечения к сверхурочной работе, работе в ночное время, выходные и праздничные дни.

Запрещается применение труда женщин на тяжелых работах и на работах с вредными условиями труда, перечень которых утверждается Правительством РФ.

Нормы предельно допустимых нагрузок для женщин при подъеме и перемещении тяжестей вручную установлены:

- ❖ Подъем и перемещения тяжестей при чередовании с другой работой (до 2 раз в час) - 10 кг;
- ❖ Подъем и перемещение тяжестей постоянно в течение рабочей смены - 7 кг.

Не допускается прием на работу лиц моложе 15 лет. Работа в свободное от учебы время допускается прием на работу учащихся школ, других учебных заведений для выполнения легкого труда с согласия одного из родителей.

Запрещается применение труда лиц моложе 18 лет на тяжелых работах, на работах связанных с вредными и опасными условиями труда, а также на работах, выполнение которых может причинить их нравственному развитию.

Список данных работ утверждается Правительством РФ.

Все лица моложе 21 года принимаются на работу лишь после предварительного медицинского осмотра, а в возрасте до 18 лет - подлежат ежегодному, обязательному медицинскому осмотру.

Запрещается привлекать рабочих и служащих моложе 18 лет к ночным, сверхурочным и к работам в выходные и праздничные дни, направлять в командировки.

3. Общие требования к охране труда

Обеспечение здоровых и безопасных условий труда возлагается на работодателя. На работодателя возлагается обеспечение обучения работников безопасным приемам труда, а также проведение инструктажа по охране труда, производственной санитарии, пожарной охране и другим мерам безопасности.

Работодатель несет материальную ответственность за вред, причиненный здоровью работников трудовым увечьем, происшедшим при выполнении пострадавшим своих обязанностей на территории работодателя и в рабочее время, а так же во время следования к месту работы или с работы на транспорте, предоставленном работодателем.

Работники образовательного учреждения или очевидцы обязаны немедленно извещать

руководителя или вышестоящего руководителя о каждом произошедшем несчастном случае или об ухудшении состояния своего здоровья в связи с проявлением признака острого заболевания (отравления) при осуществлении действий, обусловленных трудовыми отношениями с работодателем.

4. Оценка труда работников, ответственность за нарушения.

Нарушение правил внутреннего трудового распорядка и должностных обязанностей влечёт за собой ответственность, согласно пунктам Трудового кодекса РФ и может иметь последствия в виде материального наказания, согласно п. 5 и п. 6, соответственно, Положений о материальном поощрении работников из внебюджетных и бюджетных ассигнований. Этими же Положениями производится оценка труда работников и стимулирование труда в виде материальной заинтересованности, критериями являются определяемые повышающие и понижающие коэффициенты.

5. Общие правила поведения работников на территории СПб ГБПОУ КИТ

предусматривают:

5.1. Производить работы, определённые только должностными обязанностями. Все другие работы производятся с ведома руководителя и после получения дополнительного инструктажа по ОТ под роспись в журнале учета инструктажа.

5.2. Запрещается самовольно вскрывать осветительные щиты в коридорах, открывать двери помещений электрощитов № 1 и № 2, заходить туда, отключать осветительную и силовую нагрузки.

5.3. Запрещается самовольно вскрывать и заходить на учебно-производственные участки, не закреплённые за работниками СПб ГБПОУ КИТ.

5.4. Запрещается самовольно вскрывать теплоцентр и находиться в нём без сопровождения ответственного исполнителя.

5.5. О прорывах в системах отопления, водоснабжения, канализации, а также коротких замыканиях в электросети, немедленно сообщать администрации учреждения.

5.6. Запрещается использовать **без Акта внедрения** самостоятельно изготовленные или приобретённые приспособления и инструменты.

5.7 Не проходите мимо студентов, нарушающих правила поведения, остановите его, сделайте замечание и если требуется, сообщите преподавателю или администрации.

5.8 Будьте бдительны, не оставайтесь безучастными, если увидели оставленный пакет или действия кого-либо вызывают подозрения, немедленно сообщите руководству или охране. Не впускайте в помещение и здание посторонних лиц без разрешения администрации.

5.9 Перед началом работы получите у руководителя все необходимые Вам должностные инструкции и инструкции по ОТ, изучите их, распишитесь в журнале вводного инструктажа.

6. Основные опасные производственные факторы

- ❖ неисправность оборудования, инструмента, конструктивные недостатки оборудования, приспособлений;
- ❖ неудовлетворительное содержание транспортных средств, электрооборудования;
- ❖ загроможденность рабочих мест, проходов;
- ❖ неиспользование средств индивидуальной защиты;
- ❖ несовершенство технологического и учебно-воспитательного процесса;

К работам на высоте относятся работы, на высоте 1,3 метра и более от поверхности пола, грунта. Выполнение данных работ проводятся с использованием специальных приспособлений. Работа, выполняемая на высоте 5 метров и более, являются верхолазными. Допуск работников к выполнению верхолазных работ осуществляется после специального медицинского осмотра, обучения и обеспечением специальными приспособлениями и средствами индивидуальной защиты.

7. Основные вредные производственные факторы

Санитарно-гигиенические факторы:

- ❖ неблагоприятный микроклимат (высокая или низкая температура, повышенная влажность, скорость движения воздуха);
- ❖ повышенный уровень шума, вибрации, пыли и т.д.

Психологические факторы:

- ❖ психологические факторы условия труда, связанные с определением наиболее эффективных методов, путей улучшения и оздоровления условий труда работников, организации труда, рационального режима и отдыха.

Социальные факторы:

- ❖ социальные факторы условий труда связаны с характеристикой работников и показателями их деятельности. Например, помимо профессиональных знаний учителей, педагогов, воспитателей является их способность к переключению внимания, высокая подвижность протекания нервных процессов, эмоциональная устойчивость.

8. Основные требования по предупреждению электротравматизма

Воздействие электрического тока на организм человека опасно для жизни. Опасным является напряжение свыше 42В, а в сырых помещениях с токопроводящими полами свыше 12 В.

Прохождение через тело человека электрического тока свыше 0,1 ампер может привести к смертельному исходу. Исход воздействия электрического тока зависит от рода тока (постоянный или переменный), состояния человека, пути прохождения, времени прикосновения с источником электрического тока, сопротивления тела человека.

Каждый работник должен знать, что электрический ток представляет собой скрытую опасность. При прикосновении к токоведущим частям оборудования или оголенным проводам,

находящимся под напряжением, человек может получить электротравму (частичное поражение организма) или электрический удар (поражение организма в целом при параличе дыхания или сердца, или того и другого одновременно при параличе нервной системы, мышц грудной клетки и желудочков сердца)

Во избежание поражения электрическим током необходимо соблюдать следующие правила:

- ❖ не прикасаться к арматуре общего освещения, электрическим проводам, к незаземленным и не огражденным токоведущим частям электрических устройств, аппаратов и приборов (розеток, патронов, переключателей, рубильников, предохранителей и др.);
- ❖ в случае обнаружения нарушения изоляции электропроводок, открытых токоведущих частей электрооборудования или нарушении заземления оборудования немедленно сообщить об этом администрации;
- ❖ не наступать на переносные электрические провода, лежащие на полу;
- ❖ не снимать ограждения и защитные кожухи с токоведущих частей оборудования, аппаратов и приборов, не открывать двери электrorаспределительных шкафов (щитов), не класть на них какие-либо предметы;
- ❖ использовать в помещениях переносные электронагревательные приборы (электрочайники, электрокипятильники, электроплитки и т. д.) **запрещается**;
- ❖ не производить самостоятельно ремонт электрооборудования, аппаратов, приборов, светильников, замену электроламп и электрозащиты (плавких предохранителей), чистку электросветильников. Эти работы должны выполнять только электрики;
- ❖ при перерыве в подаче электроэнергии и уходе с рабочего места обязательно отключите электрооборудование (механизм) от подачи электрической энергии, на котором выполнялась порученная работа.

9. Основные требования производственной санитарии и личной гигиены

Все работники должны соблюдать правила личной гигиены:

- ❖ работать в удобной обуви, плотно сидящей на ноге, на непромокаемой и нескользящей подошве, в опрятной одежде;
- ❖ во время работы (в зависимости от условий труда) пользоваться спецодеждой и предохранительными приспособлениями;
- ❖ верхнее платье и личные вещи следует хранить в специально отведенных помещениях или местах;
- ❖ принимать пищу только в предназначенных для этого местах, отвечающих санитарно-гигиеническим требованиям.
- ❖ Для обеспечения санитарно-бытовых удобств работающих в учреждении, организации должны быть оборудованы:

- ❖ гардеробы (шкафы, вешалки и др.) для хранения одежды и личных вещей, умывальники;
- ❖ ответственность за соблюдение правил личной гигиены и содержание рабочего места в надлежащем состоянии несет каждый работник.

В каждом образовательном учреждении рабочих местах должны быть созданы необходимые санитарно-гигиенические условия труда в соответствии с требованиями производственной санитарии. Эти нормы регламентируют необходимые для здоровья и благоприятного труда площадь и объем производственных помещений, освещение и отопление, метеорологические условия (температура, влажность, давление и скорость движения воздуха), шум и вибрация, содержание пыли в воздухе и т.д.

Температура воздуха на постоянном рабочем месте в помещении в теплый период года не может превышать 28 градусов Цельсия, а в холодный период года должна быть в пределах +22-24 градусе Цельсия. Оптимальная температура воздуха на рабочих местах в зависимости от тяжести выполняемой работы времени года должна поддерживаться в пределах: легкая работа в теплый период года +23-25, в холодный период года +22-25 градусов Цельсия; тяжелая работа в теплый период года +18-20, в холодный период +16-18 градусов Цельсия.

Оптимальная относительная влажность воздуха на постоянном рабочем месте в помещении определяется в пределах 40-60%, допускаемая - до 75%.

С целью удаления избыточного тепла, также удаления вредных загрязнений воздуха (газами, влагой, испарениями, пылью и др.) или разбавления их до безвредной концентрации применяется вентиляция помещения.

Освещение производственных, вспомогательных учебных помещений может быть естественным и искусственным. Искусственное освещение бывает общее, местное и комбинированное. Требования к освещению: достаточная освещённость рабочих поверхностей, рациональное направление света на них, отсутствие резких теней и бликов на рабочих местах (поверхностях). Освещение рабочего места соответствующее установленным нормативам - один из важных факторов благоприятных и безопасных условий труда.

Работодатель должен обеспечить защиту от воздействия вредных производственных факторов.

10. Назначение и использование спецодежды, обуви и предохранительных приспособлений.

Все работники, занятые на работах с вредными условиями труда, включая температурные воздействия, загрязнения, обеспечиваются бесплатно по установленным нормам спецодеждой, специальной обувью, смывающими и обезвреживающими средствами и предохранительными приспособлениями (индивидуальными защитными средствами). Спецодежда или защитная одежда должна выдаваться работающим в установленные сроки, соответствовать стандартам и иметь соответствующие сертификаты. Работа без предусмотренных нормами спецодежды и приспособлений запрещается.

Спецодежда работников должна подвергаться своевременному ремонту и стирке. Порядок выдачи, пользования и ухода за ней должен регулироваться специальной инструкцией в соответствии с особенностями производства.

Спецодежда и предохранительные приспособления являются собственностью учреждения, и подлежат возврату при увольнении, переводе на другую работу, по окончании сроков носки. Спецодежда, специальная обувь и предохранительные приспособления должны храниться в учреждении в специально отведенных местах.

Администрация образовательного учреждения должна вести учет выдачи спецодежды и предохранительных приспособлений на каждого работника отдельно в личных карточках учета выдачи.

11. Порядок расследования и оформления несчастных случаев на производстве

О каждом несчастном случае на производстве пострадавший или очевидец должен немедленно сообщить непосредственному руководителю работ. Руководитель работ обязан сохранить до начала работы комиссии по расследованию обстановку на рабочем месте и состояние оборудования такими, какими они были в момент происшествия (если это не угрожает жизни и здоровью окружающих работников и не приведет к аварии).

Комиссия по расследованию несчастного случая обязана провести расследование обстоятельств и причин несчастного случая, выявить причины несчастного случая и опросить очевидцев и лиц, допустивших нарушение правил по охране труда, по возможности получить объяснение от пострадавшего и в течение трех суток составить акт по форме Н- 1.

Руководитель образовательного учреждения, незамедлительно принимает меры к устранению причин, вызвавших несчастный случай на производстве, утверждает два экземпляра акта по форме Н-1 и третий дополнительный для территориального органа Фонда социального страхования. Акт формы Н-1 с материалами расследования подлежит хранению в течение 45 лет в образовательном учреждении, где взят на учет несчастный случай.

Несчастный случай, о котором пострадавший или очевидец не сообщили администрации образовательного учреждения в течение рабочей смены, или от которого потеря трудоспособности наступила не сразу, расследуется по заявлению пострадавшего или лица, представляющего его интересы в срок не более месяца со дня подачи заявления. Вопрос о составлении акта формы Н-1 решается после всесторонней проверки заявления о несчастном случае с учетом всех обстоятельств, показаний очевидцев и других доказательств.

Работники должны помнить, что при получении травмы на производстве администрация обязана по окончании расследования несчастного случая выдать на руки пострадавшему акт по форме Н-1. В случае отказа администрации в составлении акта, а также при несогласии с его содержанием, конфликт рассматривает государственный инспектор труда или суд.

12. Первая помощь пострадавшим при несчастном случае

Оперативность, быстрота действий и умение оказать первую медицинскую помощь пострадавшим является залогом успеха от дальнейших тяжелых последствий.

Особо важно своевременное оказание первой помощи пострадавшим от поражения электрическим током. Не следует отказываться от оказания помощи пострадавшим и считать их мертвыми по отсутствию таких признаков жизни, как дыхание или пульс. Окончательный диагноз может поставить только медицинский работник.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОКАЗАНИЮ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПОСТРАДАВШЕМУ ПРИ ПОРАЖЕНИИ ЭЛЕКТРИЧЕСКИМ ТОКОМ

Нельзя приступать к оказанию помощи, не освободив пострадавшего от действия электрического тока и не обеспечив собственную безопасность.

При поражении электрическим током, прежде всего, необходимо прекратить действие тока на пострадавшего, т.е. быстро отключить ту часть электроустановки, которой коснулся пострадавший.

Отключение электроустановки производится с помощью рубильников, выключателей или другого отключающего аппарата или разъема штепсельного соединения либо посредством перерубания провода. Действовать нужно как можно быстро, так как от продолжительности действия электротока зависит тяжесть электротравмы.

Если отключить электроустановку быстро нельзя, необходимо принять меры по освобождению пострадавшего от токоведущих частей, к которым он прикасается. При этом во всех случаях сотрудник, оказывающий помощь, не должен прикасаться к пострадавшему без надлежащих мер предосторожности, так как это опасно для жизни.

Для освобождения пострадавшего от действия электротока можно оттянуть его за одежду (если она сухая и отстает от тела), например, за полы пиджака, брюк, платья, юбки, избегая при этом одновременного прикосновения к окружающим металлическим предметам и частям тела пострадавшего. Для изоляции своих рук необходимо обмотать руку шарфом, натянуть на руку рукав пиджака или пальто, накинуть на пострадавшего сухую материю. Действовать рекомендуется одной рукой.

О происшедшем несчастном случае необходимо сообщить администрации колледжа, немедленно вызвать медицинскую помощь независимо от тяжести случая.

После освобождения пострадавшего от действия электрического тока необходимо оказать доврачебную помощь:

а) если пострадавший сначала был в состоянии обморока, а затем пришел в сознание, то его следует уложить в удобное положение и до прихода врача обеспечить ему покой, наблюдая за ним;

б) если пострадавший находится в бессознательном состоянии, но у него устойчивое дыхание и прощупывается пульс, то его следует удобно уложить, расстегнуть одежду, создать приток свежего воздуха, периодически подносить к носу вату, смоченную в нашатырном спирте, и обеспечить покой до прибытия медицинской помощи;

в) при отсутствии у пострадавшего дыхания и сердцебиения немедленно приступить к проведению реанимационных мероприятий.

Прежде чем приступить к реанимации (искусственное дыхание и непрямой массаж сердца), необходимо оценить состояние пострадавшего (сознание, цвет кожного покрова, дыхание, пульс, состояние зрачков). Если зрачки расширены, на свет не реагируют, отсутствует пульс на сонной артерии, то необходимо приступить к реанимации. Приступив к оживлению пострадавшего, нужно позаботиться о вызове врача или скорой медицинской помощи.

Проведением искусственного дыхания следует заниматься людям, которые обучены приемам оказания экстренной первой помощи. Неумелое оказание первой помощи может привести к ухудшению состояния пострадавшего.

При реанимации необходимо:

а) уложить пострадавшего на ровную жесткую поверхность;

б) убедиться в отсутствии пульса на сонной или на другой доступной крупной артерии. Грудь и живот освободить от стесняющей одежды;

в) запрокинуть голову (при этом корень языка поднимается и освобождает вход в гортань, а рот пострадавшего открывается):

г) очистить полость рта от инородных предметов;

д) приступить к проведению искусственного дыхания и наружного массажа сердца: дыхательное движение - зажать нос пострадавшего, захватить подбородок, запрокинуть

его голову и сделать быстрый полный выдох в рот (лучше через марлю или платок);

массажное движение - ладонями, наложенными одна на другую, прямыми руками резкими толчками надавливать на область нижней трети грудины (на 2 - 3 см выше мечевидного отростка). Глубина продавливания грудной клетки - не менее 3-4 см. На каждое дыхательное движение должно приходиться 3-5 массажных.

Важнейшей составной частью реанимационных действий является наружный массаж сердца, который обеспечивает искусственное сокращение мышц сердца и восстановление кровообращения.

Реанимационные мероприятия выполняют до получения положительных результатов или до прибытия медицинских работников.

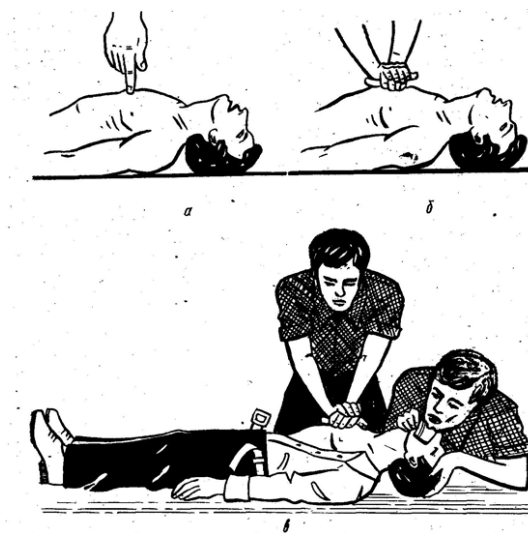


Рис. 19. Наружный массаж сердца:
а — место нажима на грудную клетку; б — положение рук оказывающего первую помощь; в — одновременное выполнение массажа и искусственного дыхания

13. Памятка неэлектротехническому персоналу

К неэлектротехническому персоналу относятся лица, работающие на персональных компьютерах и видеодисплейных терминалах, копировально-множительной технике (далее – сотрудники)

Группа 1 по электробезопасности присваивается лицам, не имеющим специальной электротехнической подготовки, но имеющим элементарное представление об опасности электрического тока и мерах безопасности при работе с электроприборами, оборудованием и установками, распространяется на неэлектротехнический персонал (не относящийся к электротехническому и электротехнологическому персоналу). Перечень должностей, рабочих мест, требующих отнесения производственного персонала к группе I, определяет работодатель (далее - руководитель организации).

Персоналу, усвоившему требования по электробезопасности, относящиеся к его производственной деятельности, присваивается группа I с оформлением в журнале по форме согласно Приложению к настоящей Инструкции, который должен содержать фамилию, имя, отчество работника, его должность, дату присвоения группы 1 по электро- безопасности, подпись проверяемого и проверяющего. Присвоение группы I производится путем проведения инструктажа, который, как правило, должен завершаться проверкой знаний в форме устного опроса и (при необходимости) проверкой приобретенных навыков безопасных способов работы или оказания первой помощи при поражении электрическим током.

Присвоение 1 группы проводится работником из числа электротехнического персонала, имеющего не ниже 3 группы по электробезопасности, назначенным распоряжением руководи-

теля организации.

Присвоение 1 группы по электробезопасности проводится с периодичностью не реже 1 раза в год.

Электрическая энергия, как самая универсальная и удобная для использования форма энергии, - верный помощник на производстве и в быту. Но она может принести и непоправимый вред здоровью человека, если при пользовании ею не соблюдать меры личной предосторожности и не выполнять элементарных правил безопасности.

Эксплуатация электропроводки, электросветильников, электроинструмента и других электроприборов сточки зрения безопасности существенно отличается от эксплуатации любого другого оборудования. Необходимо помнить об опасности электрического тока при небрежном или неосторожном обращении с ним.

Обнаружить электрический ток человек не может, для этого у него нет специальных органов чувств. Коварная особенность электрической энергии заключается в том, что она невидима, не имеет запаха и цвета.

Электрический ток поражает внезапно, когда человек оказывается включенным в цепь прохождения тока. Опасная ситуация возникает тогда, когда он с одной стороны касается неизолированного провода, проводки с нарушенной изоляцией, металлического корпуса электроприбора с неисправной изоляцией или другого металлического предмета, случайно оказавшегося под напряжением, а с другой стороны - земли, заземленных предметов, труб и т.п. Опасность обнаруживается слишком поздно, когда предотвратить поражение электрическим током оказывается практически невозможным.



Виды поражения электрическим током

Электрический ток, проходя через ткани, оказывает термическое (тепловое), химическое, механическое и биологическое воздействие, что приводит к местным повреждениям тканей и органов, а также к общим поражениям организма.

Различают следующие виды поражения электрическим током:

- ожоги, возникающие при воздействии электрического тока и электрической дуги;
- электрические знаки, возникающие при контакте с токоведущими частями. Они могут привести к нарушению функций пораженного органа;
- электрометаллизация кожи (проникновение в кожу расплавленного металла), возникающая при воздействии электрической дуги. Исход поражения зависит от площади пораженной поверхности;
- поражение глаз, происходит в результате воздействия инфракрасного излучения электрической дуги;
- электрический удар, возникающий при прохождении электротока через тело человека и воздействующий на нервную систему и мышцы, может привести к возникновению паралича пораженных органов, дыхательных мышц, а также мышцы сердца.

Тяжесть поражения током зависит от ряда факторов, в том числе от напряжения, силы тока, времени прохождения тока, пути прохождения тока, состояния организма.

Величина тока, проходящего через тело человека, зависит от величины напряжения в сети (она тем больше, чем больше напряжение) и от сопротивления тела человека (она тем больше, чем меньше сопротивление).

Сопротивление тела человека в основном определяется состоянием кожного покрова. Общее сопротивление тела человека уменьшается также при потоотделении, алкогольном опьянении и др.

Степень поражения электрическим током и его тяжесть зависит также от состояния окружающей среды и условий, в которых происходит поражение.

Основные причины поражения электрическим током

Поражение электрическим током возникает:

- при прикосновении человека к оголенным токоведущим частям электроустановки;
- при попадании в зону растекания тока;
- при прикосновении к металлическим частям электроустановки, оказавшимся под напряжением в результате нарушения изоляции при неисправном заземляющем устройстве.

Основными причинами поражения током являются:

- неисправность электроустановок (оборудования, приборов, пусковых устройств, проводов, заземления);
- низкая квалификация и необученность персонала;
- нарушение правил использования защитных средств;
- применение в помещениях с повышенной и особой опасностью переносных ламп и электроинструментов более высокого напряжения, чем установлено правилами.

По степени опасности поражения электрическим током помещения делятся на:

- помещения с повышенной опасностью;
- помещения особо опасные;
- помещения без повышенной опасности.

Помещения с повышенной опасностью характеризуются наличием в них одного из следующих условий:

- сырости (относительная влажность длительное время превышает 75%) или токопроводящей пыли;
- токопроводящих полов (металлических, земляных, железобетонных, кирпичных, покрытых плиткой и т.п.);
- высокой температуры (длительное время превышающей 35 градусов Цельсия);
- возможности одновременного прикосновения человека к имеющим соединение с землей металлоконструкциям зданий, технологическим аппаратам, механизмам и т.п. с одной стороны, и к металлическим корпусам электрооборудования - с другой.

Особо опасные помещения характеризуются наличием одного из следующих условий:

- особой сырости - относительная влажность близка к 100 процентам (потолок, стены, пол и предметы, находящиеся в помещении, покрыты влагой);
- одновременно двух или более условий повышенной опасности;
- химически активной или органической среды (разрушающие изоляцию и токоведущие части).

Помещения без повышенной опасности характеризуются отсутствием условий, создающих "повышенную опасность" и "особую опасность".

Требования охраны труда во время работы.

В целях безопасного проведения работ персонал обязан следить за состоянием оборудования, приборов, пусковых устройств, подводящих кабелей и проводов, заземляющих устройств, штепсельных разъемов и приборов освещения, которые должны быть постоянно в исправном состоянии.

Внешними признаками неисправности электроустановок и устройств являются:

- наличие трещин и отколов у корпусов приборов и пусковых устройств, ненадежное их крепление на основаниях;
- наличие оголенных токоведущих частей;
- ненадежное скрепление конструктивных элементов (например, плохое соединение половинок штепсельной вилки, ослабление фиксации ее штырей и т.п.);
- потертость, подпалы, изломы на подводящих шнурах (особенно в месте входа шнура в колодку штепсельной вилки и в прибор);
- неплотность посадки штепсельной вилки в розетку;
- появление дыма и специфического запаха горячей резины или пластмассы, перегрев, искрение и т.п.

При появлении неисправностей электроустройство следует выключить, обесточить, а переносные приборы выключить и отсоединить от сети при помощи штепсельных разъемов и сообщить непосредственному руководителю (АХЧ). Проводить работы по устранению неполадок самостоятельно не разрешается.

Запрещается:

- прикасаться к оголенным проводам;
- переносить работающие электроустройства. оставлять их без надзора включенными в сеть;
- вытаскивать штепсельные вилки из розеток при помощи шнура;
- класть штепсельные вилки на пол;
- протирать мокрыми тряпками электроустройства. включенные в сеть;
- обмывать водой стены там, где установлены электроприборы и проложены кабели и провода;
- производить какой-либо ремонт электроустановок, в том числе устранение неисправностей выключателей, розеток, а также замену ламп.

Перед включением в сеть переносных электроустройств должны быть проверены на целостность подводящие шнуры и на исправность штепсельные вилки и розетки.



Требования охраны труда в аварийных ситуациях

Немедленно произвести отключение электроустройств от сети если:

- Вы почувствовали ощущение тока, запах гари;

- вышел из строя (сломался) инструмент;
- обнаружено нарушение целостности изоляции проводов.

При пожаре немедленно организовать эвакуацию людей, сообщить администрации колледжа и приступить к тушению огня первичными средствами (огнетушители) и оборудованием пожарных кранов.

При возгорании электродвигателей, кабелей, не тушить их водой, если они находятся под напряжением.

В случае возникновения угрозы для жизни людей немедленно прекратить все работы, не связанные с мероприятиями по ликвидации аварийной ситуации.

При обнаружении оборванного электрического провода, свисающего или касающегося пола (земли), не приближаться к нему, немедленно сообщить администрации, оставаться на месте и предупреждать других.

Работник, оказавшийся очевидцем несчастного случая или обнаруживший пострадавшего, должен:

1) принять меры к освобождению пострадавшего от воздействия электрического тока одним из следующих способов:

- отключить часть электроустановки, ко-торой касается пострадавший;
- отделить пострадавшего от токоведущих частей;
- отделить пострадавшего от земли.

2) выполнить необходимые мероприятия по спасению пострадавшего в порядке срочности:

- восстановить проходимость дыхательных путей;
- провести искусственное дыхание;
- провести наружный массаж сердца;
- остановить кровотечение, наложить повязку.

Рекомендации по оказанию первой помощи пострадавшему при поражении электрическим током изложены в приложении 1 к настоящей инструкции.

3) принять меры по доставке пострадавшего в медицинское учреждение, а при необходимости - вызвать скорую медицинскую помощь.

Перевозить пострадавшего можно только при устойчивом пульсе и дыхании.

Если несчастный случай произошел с самим работником, он должен по возможности обратиться в медицинское учреждение, сообщить о случившемся непосредственному руководителю или попросить сделать это кого-либо из окружающих.

Требования охраны труда после окончания работы

После окончания работы все оборудование должно быть выключено (обесточено).

Необходимо провести осмотр оборудования и всех электрических устройств с целью выявления возможных отклонений от требований электробезопасности, возникших в течение рабочего дня.

Сообщить администрации колледжа о всех замеченных неисправностях электрооборудования.

Все обнаруженные неисправности в учебной аудитории (кабинете) немедленно заносятся в оперативный журнал и оперативный журнал на посту охраны.

14. Требования по охране труда при работе на персональном компьютере

Пользователи, не имеющие опыта работы с ПК, перед началом самостоятельной работы на компьютере должны пройти обучение основам использования ПК.

К самостоятельной работе на персональном компьютере (ПК) допускаются лица, имеющие соответствующую профессиональную подготовку, прошедшие инструктаж по охране труда, пожарной и электробезопасности и расписавшиеся в журнале регистрации инструктажа на рабочем месте.

Женщины со времени установления беременности и в период кормления ребёнка грудью к выполнению всех видов работ, связанных с использованием ПК, не допускаются.

Работающие на ПК должны соблюдать правила внутреннего трудового распорядка, установленные режимы труда и отдыха.

Работающие на персональном компьютере могут подвергаться воздействию неблагоприятных факторов:

- повышенная нагрузка на зрение;
- возможность поражения электрическим током;
- недостаточная освещённость на рабочем месте;
- электромагнитное излучение монитора;
- ультрафиолетовое излучение монитора;
- электростатический заряд на экране монитора;
- напряжение внимания;
- интеллектуальные перегрузки;
- длительная статическая нагрузка и монотонность труда;
- неблагоприятное воздействие на зрение мерцаний фона и символов при неустойчивой работе компьютера либо нечётком изображении на экране.

Рабочее место пользователя ПК должно соответствовать требованиям производственной санитарии:

площадь на одно рабочее место должна составлять **не менее 6 кв.м.**

при работе с ПК на базе электронно-лучевой трубки без вспомогательных устройств (принтер, сканер и др.) с продолжительностью работы не более 4-х часов или с ПК на базе плоских дискретных экранов (жидкокристаллических, плазменных) площадь одного рабочего места должна быть **не менее 4,5 кв.м;**

освещённость на поверхности стола в зоне размещения рабочего документа должна быть 300-500 лк. Освещение не должно создавать бликов на поверхности экрана. Освещённость поверхности экрана не должна быть более 300 лк;

оконные проемы должны быть оборудованы регулируемыми устройствами типа: жалюзи, занавесей, внешних козырьков и др.

уровень шума не должен превышать 40 дБА, а при работающем матричном принтере - 50 дБА;

параметры микроклимата должны соответствовать нормативным:

Температура в помещении -18-20 °С,

влажность -40- 60 %,

потоки воздуха - не более 0,2 м/сек.

Каждый работающий на ПК обязан:

уметь освободить от действия электрического тока попавшего под него;

уметь самостоятельно выполнять комплексы упражнений для глаз;

знать место расположения первичных средств пожаротушения и уметь пользоваться ими;

знать пути эвакуации людей при аварии и пожаре; знать место нахождения медицинской

аптечки и уметь пользоваться ею; в процессе работы с ПК соблюдать правила личной гигиены, содержать в чистоте рабочее место.

В случае сильного утомления или плохого самочувствия необходимо предупредить администрацию и обратиться к врачу.

В случае обнаружения опасности, грозящей жизни или здоровью кого-либо из присутствующих. при возникновении или обнаружении неисправностей оборудования немедленно прекратить работу и сообщить администрации. Возобновление работы с персональным компьютером допускается после ликвидации всех неисправностей.

Пострадавший или очевидец несчастного случая обязан сообщить об этом администрации колледжа. Каждый несчастный случай, происшедший с работником, должен быть расследован комиссией.

Пользователь несёт ответственность (дисциплинарную, материальную или уголовную) за нарушение требований данной инструкции, за создание опасного или вредного производственного фактора для других работающих, за повреждение оборудования.

Требования охраны труда перед началом работы

Перед работой на персональном компьютере:

осмотреть и при необходимости привести в порядок рабочее место;

визуально проверить исправность компьютера, сетевых проводов и электророзеток;

удалить пыль с экрана монитора сухой мягкой тканью;

о замеченных неисправностях сообщить администрации и к работе не приступать до их устранения.

Включить компьютер и проверить стабильность и чёткость изображения на экране: оно должно быть стабильным, ясным, не иметь символов и фона, на экране не должно быть бликов и отражений светильников, окон и окружающих предметов.

Запрещается работать на ПК при обнаружении следующих неисправностей.

повреждение изоляции сетевых проводов;

неисправность электророзеток сети питания;

возникновение необычного шума при работе компьютера;

появление запаха гари или озона, дыма или пламени;

при протекании крыши, угрозы попадания воды на электропроводку и оборудование, появлении мокрых пятен на стенах и потолке помещения

При возникновении неисправностей в процессе работы необходимо немедленно отключить компьютер от сети и сообщить о замеченных неисправностях администрации.

Требования охраны труда во время работы

Соблюдать оптимальное расстояние от глаз до экрана дисплея 60 - 70см, но не менее 50 см.

Работать на клавиатуре только сухими и чистыми руками.

При вводе информации с клавиатуры плавно нажимать на клавиши, избегая резких ударов.

Через каждые 20 - 25 мин. работы за компьютером делать упражнения для снятия зрительного утомления (см. приложение 1).

Длительность работы за компьютером не должна превышать 4-х часов в день. Продолжительность непрерывной работы с ПК без регламентированного перерыва не должна превышать 2 часов.

Во время регламентированных перерывов для расслабления и восстановления сил при усталости, вялости или раздражительности необходимо выполнить упражнение, указанное в Приложении 2.

При работе с компьютером **ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

- принимать пищу и питьё.

- открывать корпус компьютера и монитора,
- переключать интерфейсные кабели, перемещать или поворачивать оборудование, а также переставлять работающую технику не выключая электропитание,
- пытаться самостоятельно ремонтировать блоки: обо всех сбоях в работе оборудования или программного обеспечения необходимо сообщать администрации.
- производить частое включение (выключение) блоков питания ПК;
- закрывать вентиляционные отверстия системного блока или монитора ПК. класть посторонние предметы на монитор или системный блок, захламлять рабочее место;
- удалять системные файлы и рабочие файлы других пользователей;
- запускать программы, функции которых неизвестны пользователю.

При ухудшении видимости, появлении боли в глазах, в пальцах и кистях рук, усилении сердцебиения необходимо прекратить работу за ПК и сообщить о происшедшем администрации или обратиться к врачу.

Во избежание возникновения пожара запрещается оставлять без присмотра подключенное к электрической сети оборудование.

Необходимо регулярно проветривать помещение и для повышения влажности воздуха ежедневно проводить влажную уборку помещения.

Требования охраны труда в аварийных ситуациях

При возникновении аварийных ситуаций немедленно отключить ПК в порядке, установленном правилами эксплуатации.

При внезапном прекращении подачи электроэнергии или обнаружении нарушений в работе компьютера обесточить его и не включать в сеть до устранения неполадок. Признаки отклонения от нормальной работы ПК:

- возникновение необычного шума системного блока или монитора;
- появление запаха гари или озона;
- возникновение дыма или пламени;
- искажение или исчезновение изображения на мониторе;
- непонятное пользователю неожиданное изменение в работе компьютера.

При поражении электрическим током сотрудник, работающий рядом, обязан освободить пострадавшего от действия тока и оказать первую помощь в зависимости от степени травмы: при отсутствии дыхания - сделать искусственное дыхание, при нарушении сердечной деятельности - непрямой массаж сердца.

Доложить о несчастном случае администрации колледжа. При необходимости воспользоваться аптечкой первой помощи и вызвать «скорую помощь» по телефону 03.

В случае возникновения пожара - немедленно вызвать пожарную команду по телефону 01, сообщить о пожаре администрации колледжа и приступить к ликвидации очагов возгорания имеющимися средствами, предварительно обесточив помещение. Лицам, не участвующим в тушении пожара, необходимо покинуть помещение.

При сильном задымлении помещения необходимо защитить дыхательные пути влажной тканью (носовым платком) и выйти из помещения по эвакуационным путям.

Требования охраны труда по окончании работы

В конце рабочего дня следует привести в порядок рабочее место.

Выключить аппаратуру в соответствии с инструкцией по эксплуатации.

Убрать с рабочего стола всю документацию

О замеченных неисправностях во время работы на ПК поставить в известность администрацию колледжа.

Требования по безопасности при работе обучающихся в сети ИНТЕРНЕТ

При использовании сети Интернет обучающимися в колледже запрещается:

- обращаться к ресурсам, содержание и тематика которых не имеет отношения к образовательному процессу и/или нарушают законодательство Российской Федерации (эротика, порнография, пропаганда насилия, терроризма, политического или религиозного экстремизма, национальной, расовой и т.п. розни, иные ресурсы схожей направленности);
- осуществлять любые сделки через Интернет;
- осуществлять загрузки файлов на компьютер колледжа без специального разрешения;
- распространять оскорбительную, не соответствующую действительности, порочащую других лиц информацию, угрозы.

При случайном обнаружении ресурса, содержание которого нарушает законодательство Российской Федерации, обучающиеся обязаны незамедлительно сообщить об этом преподавателю, проводящему занятие.

