

ФГБОУ ВО Московский Государственный Медико-стоматологический
Университет имени А.И.Евдокимова Минздрава России

СОГЛАСОВАНО



**Председатель
Профсоюзного комитета
профессор**

Н.В.Попов

"18" декабря 2018 г.

УТВЕРЖДАЮ

**Ректор МГМСУ им.А.И.Евдокимова
Минздрава России
член-корреспондент РАН, профессор**

О.О.Янушевич



"18" декабря 2018 г.

ИНСТРУКЦИЯ № 10

по охране труда при работе на персональном компьютере (ПЭВМ и ВДТ)

г. Москва

гигиенических требований, установленных настоящими Санитарными правилами. Трудоустройство беременных женщин следует осуществлять в соответствии с законодательством РФ».

2. Требования охраны труда перед началом работы

2.1. Перед началом работы на персональном компьютере необходимо::

- осмотреть и привести в порядок рабочее место;
- отрегулировать освещенность на рабочем месте убедиться в достаточности освещенности, отсутствии отражений на экране, отсутствии встречного светового потока;
- проверить правильность подключения оборудования в электросеть (кабели электропитания ПЭВМ и другого оборудования
- убедиться в наличии защитного заземления;
- протереть специальной салфеткой поверхность экрана;
- проверить правильность установки стола, стула, подставки для ног, оплуктра, положения оборудования, угла наклона экрана, положение клавиатуры и, при необходимости, произвести регулировку рабочего стола и кресла, а также расположение элементов компьютера в соответствии с требованиями эргономики и в целях исключения неудобных поз и длительных напряжений тела.

2.2. После включения оборудования и запуска используемой программы работник обязан:

- убедиться в отсутствии дрожания и мерцания изображения на экране монитора;
- установить яркость, контрастность, цвет и размер символов, фон экрана, обеспечивающее наиболее комфортное и четкое восприятие изображения.

2.3. При работе на персональном компьютере не допускается приступать к работе при:

- обнаружении неисправности оборудования;
- отсутствии защитного заземления устройств ПЭВМ и ВДТ;
- отсутствии углекислотного или порошкового огнетушителя и аптечки первой помощи.

3. Требования охраны труда во время работы

3.1. При работе на персональном компьютере работник обязан:

- выполнять только ту работу, которая ему была поручена, и по которой он был проинструктирован;
- в течение всего рабочего дня содержать в порядке и чистоте рабочее место,
- держать открытыми все вентиляционные отверстия устройств;
- выполнять санитарные нормы и соблюдать режимы работы и отдыха;
- соблюдать правила эксплуатации вычислительной техники в соответствии с инструкциями по эксплуатации;

при работе с текстовой информацией выбирать наиболее физиологичный режим

- техники;
- в случае появления рези в глазах, резком ухудшении видимости - невозможности сфокусировать взгляд или завести его на резкость, появлении боли в пальцах кистей рук, немедленно покинуть рабочее место, сообщить о происшедшем руководителю работ и обратиться к врачу;
 - при возгорании оборудования, отключить питание, принять меры к тушению очага пожара при помощи углекислотного или порошкового огнетушителя, вызвать пожарную команду и сообщить о происшествии руководителю работ.

5. Требования охраны труда после окончания работы.

5.1. После окончания работы работник обязан соблюдать следующую последовательность выключения вычислительной техники:

- выключить питание системного блока;
- выключить питание всех периферийных устройств;
- отключить блок питания.

5.2. Осмотреть и привести в порядок рабочее место.

Зав.кафедрой
медицинской информатики



П.Л.Салманов

«Согласовано»
Руководитель службы охраны труда



Т.А.Кузнецова