

СОГЛАСОВАНО

Председатель ППО ИВР РАН

Д. А. Носов

« 24 » июня 2026 г.

протокол № 4



УТВЕРЖДАЮ

И. о. директора ИВР РАН

И. Ф. Попова

« 24 » июня 2026 г.

приказ № 10-ожд



**ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА
ПРИ РАБОТЕ С ПЕРСОНАЛЬНЫМ КОМПЬЮТЕРОМ,
ОРГТЕХНИКОЙ И ПОЛЬЗОВАНИИ ЭЛЕКТРОПРИБОРАМИ**

г. Санкт-Петербург

2026 г.

1. Общие положения

- 1.1. Инструкция по охране труда при работе с персональным компьютером и пользовании электроприборами разработана для работников Федерального государственного бюджетного учреждения науки Института восточных рукописей Российской академии наук (далее – ИВР РАН), занятых эксплуатацией компьютеров, копировальной и множительной техники, пользующихся электроприборами, и устанавливает конкретные обязанности по соблюдению требований охраны труда, безопасных методов и приёмов выполнения работы, а также действия работников ИВР РАН при аварийных ситуациях.
- 1.2. К самостоятельной работе допускаются лица, прошедшие вводный инструктаж и инструктажи на рабочем месте по охране труда и пожарной безопасности, инструктаж по электробезопасности, стажировку, обучение по охране труда, первой помощи пострадавшим и правилам использования (применения). О проведении инструктажей производится соответствующая запись в журнале регистрации инструктажа на рабочем месте с обязательной подписью инструктируемого и инструктирующего. Работник, получивший инструктаж и показавший неудовлетворительные знания, к работе не допускается и обязан вновь пройти инструктаж.
- 1.3. Оргтехника должна быть расположена на расстоянии 1 м от нагревательных приборов и не должна подвергаться воздействию прямых солнечных лучей.
- 1.4. Рабочие места должны располагаться на расстоянии не менее 1,5 м друг от друга.
- 1.5. Оргтехника должна быть подключена к однофазной электросети напряжением 220 вольт и частотой 50 герц.
- 1.6. Работнику ИВР РАН запрещается самостоятельно:
 - самостоятельно изменять аппаратную конфигурацию, производить ремонт и замену комплектующих персонального компьютера, оргтехники и электроприборов;
 - самостоятельно устанавливать программное обеспечение, подключать периферийные устройства и иное оборудование, не предусмотренное для конкретного рабочего места.
- 1.7. При эксплуатации персонального компьютера возможно воздействие следующих опасных и вредных производственных факторов:
 - повышенный уровень прямой блескости;
 - неравномерность распределения яркости в поле зрения;
 - напряжение зрения;
 - напряжение внимания;
 - эмоциональные нагрузки;
 - длительные статические нагрузки;
 - монотонность труда;
 - большой объем информации;
 - интеллектуальные нагрузки.
- 1.8. За невыполнение требований инструкции работник несёт ответственность согласно законодательству Российской Федерации.
- 1.9. Работник должен извещать своего непосредственного руководителя о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью других работников и посетителей, о каждом несчастном случае, происшедшем в ИВР РАН, об ухудшении состояния своего здоровья.
- 1.10. При обнаружении какой-либо неисправности оборудования, приспособлений необходимо сообщить о выявленных недостатках своему непосредственному руководителю и приостановить выполнение работы.
- 1.11. Во избежание электротравм и поражений электрическим током работник не должен прикасаться к открытой электропроводке и кабелям.
- 1.12. Работник не должен приступать к выполнению разовых работ, не связанных с его прямыми обязанностями по специальности, без получения целевого инструктажа.

- 1.13. Запрещено пользоваться оборудованием, безопасному обращению с которым работник не обучен.
- 1.14. Работник должен соблюдать правила пожарной безопасности, уметь пользоваться средствами пожаротушения, знать места их расположение.
- 1.15. Работник должен знать приемы оказания первой помощи пострадавшему в соответствии с Положением об охране труда в ИВР РАН.
- 1.18. Не допускается хранить и принимать пищу и напитки на рабочих местах.

2. Требования охраны труда перед началом работы

2.1. Работник ИВР РАН обязан:

- 2.1.1. осмотреть и при необходимости привести в порядок свое рабочее место;
- 2.1.2. отрегулировать освещение на рабочем месте, убедиться в отсутствии бликов на экране;
- 2.1.3. проверить оснащенность рабочего места необходимыми для работы персональным компьютером, электрооборудованием, а также отсутствие видимых признаков их неисправности;
- 2.1.4. проверить правильность подключения оборудования к электросети, исправность проводов питания и отсутствие оголенных участков проводов;
- 2.1.5. проверить правильность установки стола, стула, угла наклона экрана, положение клавиатуры, 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;
- 2.1.6. включать оборудование в порядке, предусмотренном инструкцией по эксплуатации, или обычным порядком работы с данным оборудованием;
- 2.1.6. проверить:
 - состояние электроприбора;
 - состояние провода, электрической розетки и вилки.

2.2. Работнику ИВР РАН при работе с персональным компьютером запрещается при обнаружении неисправностей до или после включения в сеть:

- повреждения изоляции проводов;
- неисправности розеток сети питания;
- угрозы попадания воды на электропроводку и оборудование;
- появления мокрых пятен на стенах или потолке помещения;
- возникновения необычного шума при работе компьютера;
- появления запаха гари, дыма, искрения, перегрева или иных признаков неисправности.

Если такие неисправности возникли в процессе работы, необходимо немедленно отключить компьютер от сети, сообщить о неисправности своему руководителю.

3. Требования охраны труда в ходе работы

3.1. Работник ИВР РАН обязан:

- 3.1.1. в течение всего дня содержать в порядке и чистоте рабочее место;
- 3.1.2. соблюдать правила электро- и противопожарной безопасности, санитарные нормы и другие правила;
- 3.1.4. не оставлять без наблюдения включенную оргтехнику (электроприборы);
- 3.1.5. по возможности, отключать неиспользуемую оргтехнику и электроприборы от электросети во время грозы;
- 3.1.6. соблюдать установленный режим труда и отдыха при длительной работе за персональным компьютером;
- 3.1.7. при длительной работе с персональным компьютером и оргтехникой через каждый 1 час работы делать перерыв на 5-10 минут, а при появлении зрительного дискомфорта

и других неблагоприятных субъективных ощущений, несмотря на соблюдение санитарно-гигиенических, эргономических требований, режимов труда и отдыха следует применять индивидуальный подход в ограничении времени работ и коррекцию длительности перерывов;

3.1.8. при необходимости прекращения эксплуатации оргтехники на некоторое время корректно закрыть все активные задачи.

3.2. При эксплуатации персонального компьютера и электрооборудования работнику ИВР РАН запрещается:

- прикасаться к разъемам и токоведущим частям оборудования при включенном питании;
- переключать разъемы интерфейсных кабелей периферийных устройств при включенном питании; допускать попадание влаги на поверхность системного блока, монитора, рабочую поверхность клавиатуры, дисководов, принтеров и других устройств;
- производить самостоятельное вскрытие и ремонт оборудования;
- закрывать вентиляционные отверстия системного блока, монитора, ноутбука, принтера, МФУ и иных электроприборов, а также размещать на оборудовании посторонние предметы, захламлять рабочее место;
- отключать оборудование от электросети и выдергивать электровилку, держа за шнур;
- пользоваться электронагревательными приборами, не предусмотренными правилами эксплуатации основного оборудования;
- оставлять без присмотра подключенное к электрической сети оборудование.

3.3. Продолжительность непрерывной работы с компьютером не должна превышать 2-х часов.

3.4. Во время регламентированных перерывов с целью снижения нервно-эмоционального напряжения, утомления зрительного анализатора, устранения вредного влияния статической нагрузки, предотвращения развития утомления целесообразно выполнять физические упражнения.

3.5. При работе экран монитора должен находиться от глаз пользователя на расстоянии 60-70 см с учетом размеров символов текста, но не ближе 50 см.

4. Порядок действий при аварийных ситуациях и оказании первой (доврачебной) медицинской помощи

4.1. На рабочем месте основными причинами возможных аварий и аварийных ситуаций могут являться:

- получение травм, ушибов и других повреждений по причине нарушения правил эксплуатации, неисправности и несовершенство электрооборудования;
- поражение электрическим током по причине нарушения правил эксплуатации и неисправности электрооборудования;
- получение травм, ушибов и других повреждений по причине нарушения требований правил организации и ведения технологических процессов;
- возникновение пожара по причине нарушения общего противопожарного режима.

4.2. Работник обязан немедленно извещать своего непосредственного руководителя о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью работников и посетителей, о каждом несчастном случае, происшедшем в ИВР РАН, или об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления), о всех нарушениях, обнаруженных неисправностях.

4.3. Если произошел несчастный случай, очевидцем которого стал работник, ему следует прекратить работу, немедленно вывести или вынести пострадавшего из опасной зоны, оказать пострадавшему первую помощь, вызвать скорую медицинскую помощь,

помочь организовать доставку пострадавшего в ближайшее медицинское учреждение и сообщить о случившемся директору ИВР РАН, сохранить обстановку и состояние оборудования таким, какими они были в момент происшествия (если это не угрожает жизни, здоровью окружающих работников и не приводит к аварии).

- 4.4. Если несчастный случай произошел с самим работником, ему следует прекратить работу, по возможности обратиться в медицинское учреждение, сообщить о случившемся директору ИВР РАН или попросить сделать это кого-либо из окружающих.
- 4.5. Действия работника по оказанию первой помощи пострадавшим при травмировании, отравлении и других повреждениях здоровья:
- оказать пострадавшему первую помощь в соответствии с требованиями Инструкцией по охране труда работников ИВР РАН;
 - при необходимости, вызвать бригады скорой помощи.

5. Требования охраны труда при окончании работы

- 5.1. Работник ИВР РАН обязан:
- привести в порядок рабочее место;
 - выключить применяемое оборудование, электроприборы, местное освещение;
 - вымыть руки теплой водой с мылом;
 - обо всех недостатках, обнаруженных во время работы известить непосредственного руководителя или директора ИВР РАН.