

Федеральное государственное учреждение «Федеральный исследовательский центр  
«Фундаментальные основы биотехнологии» Российской академии наук»

**«Согласовано»**  
Председатель профкома  
 Юрина Н.П.  
« 14 »  12 2022 г.

**«Утверждаю»**  
Директор ФИЦ Биотехнологии РАН  
 Федоров А.Н.  
« 14 »  12 2022 г.

**Инструкция № 10**

**Инструкция по охране труда при работе с оргтехникой**

## **1. Область применения**

1.1. Настоящая инструкция по охране труда при эксплуатации оргтехники разработана на основе установленных обязательных требований по охране труда в Российской Федерации, а также:

- 1) изучения видов работ при эксплуатации оргтехники;
  - 2) результатов специальной оценки условий труда;
  - 3) анализа требований профессионального стандарта;
  - 4) определения профессиональных рисков и опасностей, характерных при эксплуатации оргтехники;
  - 5) анализа результатов расследования имевшихся несчастных случаев при эксплуатации оргтехники;
  - 6) определения безопасных методов и приемов выполнения работ при эксплуатации оргтехники.
- 1.2. Выполнение требований настоящей инструкции обязательны для работников при выполнении им трудовых обязанностей независимо от их специальности, квалификации и стажа работы.

## **2. Нормативные ссылки**

2.1. Инструкция разработана на основании следующих документов и источников:

2.1.1. **Трудовой кодекс Российской Федерации** от 30.12.2001 № 197-ФЗ;

2.1.2. **Правила по охране труда при эксплуатации электроустановок**, Приказ Минтруда от 15.12.2020 № 903н;

2.1.3. **Постановление Главного Государственного санитарного врача Российской Федерации** от 2 декабря 2020 года n 40 Об утверждении санитарных правил СП 2.2.3670-20 "санитарно-эпидемиологические требования к условиям труда";

2.1.4. **Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации** от 29.10.2021 № 772н "Об утверждении основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда, разрабатываемых работодателем".

## **3. Общие требования охраны труда**

3.1. Настоящая Инструкция предусматривает основные требования по охране труда при эксплуатации оргтехники.

3.2. К работам с использованием оргтехники допускаются только работники:

- прошедшие вводный инструктаж по охране труда, а также все положенные на данный момент инструктажи по охране труда на рабочем месте;
- прошедшие обучение технике безопасности на рабочем месте по выполняемой работе с присвоением 1 группы по электробезопасности;
- выполняющие требования правил по эксплуатации конкретной оргтехники.

3.3. Помещение с оргтехникой должно быть оснащено аптечкой первой помощи и углекислотными или порошковыми огнетушителями.

3.4. Помещения для эксплуатации оргтехники должны иметь естественное и искусственное освещение, естественную и при необходимости – принудительную вентиляцию и соответствовать требованиям действующих норм и правил охраны труда. Рабочие места следует размещать вдали от силовых электрических кабелей и вводов трансформаторов, от технологического оборудования, создающего помехи в работе оргтехники и отрицательно влияющего на здоровье работников.

3.5. Площадь на одно рабочее место пользователей ПК должна составлять не менее 6 кв. м при рядном и центральном расположении, при расположении по периметру помещения – 4 кв. м. При использовании ПК без вспомогательных устройств (принтер, сканер и т. п.) с продолжительностью работы менее четырех часов в день допускается минимальная площадь на одно рабочее место 5 кв. м.

3.6. При работе на оргтехнике работник должен иметь 1 группу по электробезопасности

3.7. При работе на оргтехнике работнику необходимо знать и строго соблюдать требования по охране труда, пожарной безопасности, производственной санитарии.

3.8. Запрещается находиться в производственных помещениях в верхней одежде, раздеваться или вешать одежду, головные уборы, сумки на оборудование.

3.9. При работе на оргтехнике необходимо соблюдать требования пожарной безопасности.

Запрещается загромождать проходы, проезды, рабочие места, подходы к щитам с противопожарным инвентарем, пожарным кранам и общему рубильнику.

### **3.10. Соблюдение правил внутреннего распорядка.**

3.10.1. При эксплуатации оргтехники работник обязан соблюдать действующие на предприятии правила внутреннего трудового распорядка, которыми предусматриваются: время начала и окончания работы, перерывы для отдыха и питания и другие вопросы использования рабочего времени.

### **3.11. Требования по выполнению режимов труда и отдыха.**

3.11.1. При эксплуатации оргтехники работник обязан соблюдать режимы труда и отдыха.

3.11.2. Продолжительность ежедневной работы, перерывов для отдыха и приема пищи определяется правилами внутреннего трудового распорядка.

3.11.3. При эксплуатации оргтехники работник должен выходить на работу своевременно, отдохнувшим, подготовленным к работе.

### **3.12. Перечень опасных и вредных производственных факторов, которые могут воздействовать на работника в процессе работы, а также перечень профессиональных рисков и опасностей.**

3.12.1. При эксплуатации оргтехники на работника могут воздействовать опасные и вредные производственные факторы:

- повышенный уровень электромагнитного излучения;
- повышенный уровень ультрафиолетового излучения;
- повышенный уровень инфракрасного излучения;
- повышенный уровень статического электричества;
- повышенное содержание положительных/отрицательных аэроионов в воздухе рабочего пространства;
- повышенное содержание в воздухе рабочего пространства микроорганизмов, двуокиси углерода, озона, аммиака, фенола, формальдегида и поливинилхлоридных дифенилов;
- повышенный уровень шума от работы вентиляторов ПК;
- повышенный уровень прямой блескости экранов ПК;
- неравномерность распределения яркости экранов ПК в поле зрения;
- напряжение зрения и внимания;
- большой объем информации, эмоциональные, интеллектуальные перегрузки;
- длительные статические нагрузки, монотонность труда.

3.12.2. В качестве опасностей, в соответствии с перечнем профессиональных рисков и опасностей представляющих угрозу жизни и здоровью работников, при выполнении работ могут возникнуть следующие риски:

- опасность поражения током вследствие контакта с токоведущими частями, которые находятся под напряжением из-за неисправного состояния;
- опасность падения из-за потери равновесия, в том числе при спотыкании или поскользывании, при передвижении по скользким поверхностям или мокрым пола (косвенный контакт);
- опасность от вдыхания дыма, паров вредных газов и пыли при пожаре;
- опасность воспламенения;
- опасность воздействия открытого пламени;
- опасность воздействия повышенной температуры окружающей среды;
- опасность насилия от враждебно настроенных работников;
- опасность насилия от третьих лиц;
- опасность возникновения взрыва, происшедшего вследствие пожара.

### **3.13. Перечень специальной одежды, специальной обуви и средств индивидуальной защиты, выдаваемых работникам в соответствии с установленными правилами и нормами.**

3.13.1. При эксплуатации оргтехники работник обеспечивается спецодеждой, спецобувью и СИЗ в соответствии с положением о порядке обеспечения работников ФИЦ «Биотехнологии» РАН специальной одеждой, специальной обувью и другими средствами индивидуальной защиты, утвержденным приказом директора ФИЦ.

3.13.2. Выдаваемая специальная одежда, специальная обувь и другие средства индивидуальной защиты должны соответствовать характеру и условиям работы, обеспечивать безопасность труда, иметь сертификат соответствия.

3.13.3. Средства индивидуальной защиты, на которые не имеется технической документации, к применению не допускаются.

3.13.4. Личную одежду и спецодежду необходимо хранить отдельно в шкафчиках и гардеробной. Уносить спецодежду за пределы предприятия запрещается.

### **3.14. Порядок уведомления администрации о случаях травмирования работника и неисправности оборудования, приспособлений и инструмента.**

3.14.1. При возникновении несчастного случая пострадавший должен постараться привлечь внимание кого-либо из работников к произошедшему событию, при возможности, сообщить о произошедшем начальнику отдела любым доступным для этого способом и обратиться в здравпункт (при наличии).

3.14.2. При эксплуатации оргтехники работник должен немедленно извещать непосредственного руководителя о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, микротравме происшедших на производстве, или об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления).

3.14.3. При обнаружении в зоне работы несоответствий требованиям охраны труда (неисправность оборудования, приспособлений, неогороженный проём, оголенные провода и т.д.) немедленно сообщить об этом непосредственному руководителю.

### **3.15. Правила личной гигиены, которые должен знать и соблюдать работник при выполнении работы.**

3.15.1. Для сохранения здоровья работник должен соблюдать личную гигиену.

3.15.2. При работе с веществами, вызывающими раздражения кожи рук, следует пользоваться защитными перчатками, защитными кремами, очищающими пастами, а также смывающими и дезинфицирующими средствами.

3.15.3. Перед приемом пищи обязательно мыть руки теплой водой с мылом.

3.15.4. Для питья употреблять воду из диспенсеров, чайников.

3.15.5. Курить и принимать пищу разрешается только в специально отведенных для этой цели местах.

## **4. Требования охраны труда перед началом работы**

### **4.1. Порядок подготовки рабочего места.**

4.1.1. Подготовить свое рабочее место к работе так, чтобы исключить неудобные позы, убрать посторонние предметы с рабочего места и из карманов одежды.

4.1.2. Проверить надежность установки рабочего стола, размещения оргтехники.

4.1.3. Произвести визуальный осмотр ПК, убедиться в исправности электророзеток, штепсельных вилок, питающих электрошнуров.

Вилки и розетки сетевых соединений должны соответствовать евростандарту в части наличия третьего провода, обеспечивающего заземление оргтехники. При отсутствии третьего провода заземление должно быть выполнено обычным способом с применением заземляющего проводника и контура заземления.

4.1.4. Отрегулировать освещенность на рабочем месте с ПК, убедиться в отсутствии встречного светового потока. Для уменьшения воздействия вредных факторов рекомендуется не пользоваться люминесцентными лампами, протирать специальной салфеткой поверхность экрана ПК.

4.1.5. Перед включением оргтехники необходимо убедиться в том, что:

- корпус включаемой оргтехники не поврежден, на нем нет предметов, бумаги и пр.;
- вентиляционные отверстия в корпусе оргтехники ни чем не закрыты, не завалены бумагой, не заклеены липкой лентой, не перекрыты случайно каким-либо другим способом.

4.1.6. Включить оргтехнику в сеть 220 В, держа штепсельную вилку за корпус. Сначала включать принтер, дисплей, сканер, а затем – системный блок ПК.

4.1.7. Запрещается использование удлинителей, фильтров, тройников и т. п., не имеющих специальных заземляющих контактов.

4.1.8. Проветривать рабочее помещение перед включением и во время длительной работы множительной или печатающей оргтехники.

4.1.9. Запрещается приступать к работе на ПК:

- при нарушении гигиенических норм размещения и расположения ПК;
- отсутствии вблизи углекислотного или порошкового огнетушителя.

## **4.2. Порядок проверки исправности оборудования.**

4.2.1. Перед началом работы необходимо:

- отрегулировать освещенность на рабочем месте, убедиться в отсутствии отражений (бликов) на экране и клавиатуре, а также встречного светового потока;
  - проверить правильность подключения оборудования к электросети;
  - проверить исправность розетки, вилки сетевого шнура, проводов питания на отсутствие оголенных участков проводов;
  - проверить правильность расположения оборудования:
  - кабели электропитания (включая переноски и удлинители) должны находиться с тыльной стороны рабочего места;
  - источники бесперебойного питания для исключения вредного влияния его повышенных магнитных полей должны быть максимально удалены от рабочего места;
  - проверить надежность подключения к системному блоку разъемов экранного проводника и периферийного оборудования;
  - протереть антистатической салфеткой поверхность экрана монитора;
  - проверить правильность установки стола, кресла, подставки для ног и бумаг (пюпитра), 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.
- 4.2.2. При включении компьютера работник обязан соблюдать следующую последовательность включения оборудования:
- включить блок питания,

- включить периферийные устройства (принтер, монитор, сканер и др.),

- включить системный блок (процессор).

4.2.3. Перед началом работы установить оптимальные значения эргономических визуальных параметров (яркость, внешняя освещенность экрана и др.).

4.2.4. Обо всех недостатках, а также неисправностях оборудования и защитных средств, обнаруженных при осмотре на рабочем месте, доложить руководителю для принятия мер по их полному устранению или замене.

4.2.5. Работник должен обеспечить чистоту и порядок на рабочем месте.

4.2.6. Осмотреть и подготовить свое рабочее место. Убрать все лишние предметы, не требующиеся для выполнения текущей работы (коробки, сумки, папки, книги и т.п.). Проверить подходы к рабочему месту, пути эвакуации на соответствие требованиям охраны труда.

## **5. Требования охраны труда во время работы**

### **5.1. Способы и приемы безопасного выполнения работ, использования оборудования, транспортных средств, грузоподъемных механизмов, приспособлений и инструментов.**

5.1.1. Выполнять только ту работу, к которой были допущены.

5.1.2. Выполнять санитарные нормы и соблюдать режимы работы и отдыха.

5.1.3. Запрещается во время работы пить какие-либо напитки, принимать пищу.

5.1.4. Запрещается размещать на рабочем столе любые жидкости в любой таре (в упаковке или в посуде).

5.1.5. При работе в положении сидя исключать длительные неудобные позы и статические напряжения тела.

5.1.6. Во время работы быть внимательным, не отвлекаться посторонними делами и разговорами.

5.1.7. Запрещается оставлять без присмотра включенную оргтехнику, вскрывать ее.

5.1.8. Работать с оргтехникой, соблюдая правила, устанавливаемые руководствами пользователя от завода-изготовителя.

5.1.9. При работе на оргтехнике исключить возможность одновременного прикосновения к ее проводящим поверхностям и к частям помещения или оборудования, имеющим соединение с землей (радиаторы батарей, металлоконструкции).

5.1.10. Во время работы не класть на блоки оргтехники бумаги, книги и другие предметы, которые могут закрыть вентиляционные отверстия.

5.1.11. Просыпанный тонер множительно-печатной техники следует немедленно собрать и удалить из помещения.

5.1.12. Экран дисплея ПК должен находиться от глаз работающего на расстоянии 600–700 мм, минимально допустимое расстояние – 500 мм, центр изображения на дисплее – 0,7–1,2 м от уровня пола.

5.1.13. Во время работы на ПК запрещается:

- касаться одновременно экрана дисплея и клавиатуры;
- прикасаться к задней панели системного блока при включенном питании;
- переключать разъемы интерфейсных кабелей периферийных устройств при включенном питании;
- загромождать верхние панели блоков ПК бумагами и посторонними предметами;
- допускать захламленность рабочего места бумагой;
- производить отключение питания во время выполнения активной задачи;
- производить частые переключения питания;
- допускать попадания влаги на поверхности блоков ПК.

5.1.14. При постоянной работе с ПК экран дисплея располагать в центре поля обзора, документы – слева на столе или на подставке в одной плоскости с экраном.

## **5.2. Указания по безопасному содержанию рабочего места.**

5.2.1. При эксплуатации оргтехнике работник должен поддерживать чистоту и порядок на рабочем месте.

5.2.2. Отходы бумаги, скрепок и т.д. следует своевременно удалять с рабочего стола.

5.2.4. Содержать в порядке и чистоте рабочее место, не допускать загромождения коробками, сумками, папками, книгами и прочими предметами.

## **5.3. Действия, направленные на предотвращение аварийных ситуаций.**

5.3.1. При выполнении работ на оргтехнике запрещается:

- производить какие-либо работы самовольно;
- отлучаться с рабочего места без ведома непосредственного руководителя;
- оставлять без присмотра работающее оборудование;
- снимать защитные устройства во время работы;
- прикасаться к частям оборудования, находящимся под напряжением;
- разрешать выполнение работ на оборудовании посторонним лицам;
- производить наладку, чистку, регулировку, а также устранять неполадки, не отключив оборудование от сети;



- опираться на стекло оригиналодержателя, класть на него какие-либо вещи помимо оригинала;
- работать на оборудовании с треснувшим стеклом;
- вынимать застрявшие листы, не отключив оборудование;
- пользоваться неисправным оборудованием, инструментом, приспособлениями, а также оборудованием, обращению с которыми работник не обучен;
- работать в помещении без вентиляции;
- производить работы без применения необходимых СИЗ;
- курить;
- пользоваться открытым огнем;
- работать под воздействием алкоголя, наркотиков, лекарств.

#### **5.4. Требования, предъявляемые к правильному использованию (применению) средств индивидуальной защиты.**

5.4.1. Работник, при посещении лабораторий, обязан пользоваться и правильно применять выданные им средства индивидуальной защиты. Работать только в исправной спецодежде и спецобуви и применять индивидуальные средства защиты.

5.5. Не курить, не принимать пищу на рабочем месте.

5.6. Соблюдать правила перемещения в помещении и на территории организации, пользоваться только установленными проходами.

### **6. Требования охраны труда в аварийных ситуациях**

#### **6.1. Перечень основных возможных аварий и аварийных ситуаций и причины, их вызывающие.**

6.1.1. Аварийными ситуациями при работе с применением оргтехники могут быть:

замыкание, обрыв провода в оргтехнике и, как следствие, возгорание в оргтехнике или в проводке с возникновением пожара;

замыкание, обрыв провода в оргтехнике и, как следствие, поражение электрическим током работника;

травмирование работника при падении после электротравмы;

внезапное заболевание: резкое ухудшение самочувствия, мышечная судорога, болевой шок от чрезмерной статической нагрузки, неловкого движения и т. п.

#### **6.2. Действия работника при возникновении аварий и аварийных ситуаций.**

6.2.1. 6.2. При любой аварийной ситуации работнику необходимо обесточить оргтехнику, прекратить работу и сообщить об этом своему руководителю.

- 6.2.2. В случае возникновения пожара работнику необходимо сообщить в пожарную часть по телефону 101 или 112. Горящую электропроводку или оргтехнику, находящиеся под напряжением, следует тушить только углекислотными огнетушителями.
- 6.2.3. Запрещается применять пенные огнетушители для тушения электропроводок и оборудования под напряжением, так как пена – хороший проводник электрического тока.
- 6.2.4. В случае получения травмы необходимо в первую очередь освободить пострадавшего от травмирующего фактора, при освобождении пострадавшего от воздействия электрического тока обеспечить его предохранение от падения и удара, следить за тем, чтобы самому не оказаться в контакте с токоведущей частью оборудования. Необходимо немедленно известить своего руководителя о произошедшем несчастном случае и обратиться за медицинской помощью.
- 6.2.5. Пострадавшему необходимо немедленно оказать доврачебную помощь. Если пострадавший в сознании, то ему необходимо обеспечить полный покой, растереть кожу рук, ног, туловища. При отсутствии у пострадавшего дыхания и пульса сделать ему искусственное дыхание или провести непрямой массаж сердца до восстановления дыхания и пульса.
- 6.2.6. Работники обязаны обеспечить сохранение обстановки на месте аварии, несчастного случая, если это не грозит дальнейшим их развитием. В случае возможного развития аварийной ситуации работники должны принять необходимые предупредительные меры по обеспечению безопасности.
- 6.2.7. При возникновении неисправности в оргтехнике необходимо отключить ее от сети. Для устранения причин неисправности необходимо сообщить в соответствующие службы технического обслуживания.
- 6.2.8. В случае появления рези в глазах, резком ухудшении видимости, появления боли в пальцах и кистях рук, усилении сердцебиения немедленно сообщить о произошедшем руководителю, покинуть рабочее место и обратиться к врачу.
- 6.2.9. В случае отключения электроэнергии прекратить работу и доложить руководителю. Не пытаться самостоятельно устранять причину.
- 6.3. Действия по оказанию первой помощи пострадавшим при травмировании, отравлении и других повреждениях здоровья.**
- 6.3.1. При несчастном случае, микротравме необходимо оказать пострадавшему первую помощь, при необходимости вызвать скорую медицинскую помощь, сообщить своему непосредственному руководителю и сохранить без изменений обстановку на рабочем месте до расследования, если она не создаст угрозу для работающих и не приведет к аварии.
- 6.3.2. Оказывая помощь пострадавшему при переломах костей, ушибах, растяжениях, надо обеспечить неподвижность поврежденной части тела с помощью наложения тугой повязки (шины), приложить холод. При открытых переломах необходимо сначала наложить повязку и только затем - шину.
- 6.3.3. При наличии ран необходимо наложить повязку, при артериальном кровотечении - наложить жгут.

6.3.4. Пострадавшему при травмировании, отравлении и внезапном заболевании должна быть оказана первая помощь и, при необходимости, организована его доставка в учреждение здравоохранения.

6.4. В случае обнаружения какой-либо неисправности, нарушающей нормальный режим работы, ее необходимо остановить. Обо всех замеченных недостатках поставить в известность непосредственного руководителя.

## **7. Требования охраны труда по окончании работы**

### **7.1. Порядок отключения, оборудования.**

7.1.1. По окончании работы работник обязан выполнить следующее:

отключить оргтехнику от сети, штепсельную вилку при этом держать за корпус;

привести в порядок свое рабочее место;

убрать документы в специально отведенные для них места хранения;

обо всех замеченных неисправностях и отклонениях от нормального состояния сообщить непосредственному руководителю;

привести рабочее место в соответствие с требованиями пожарной безопасности.

### **7.2. Порядок уборки рабочего места.**

7.2.1. После окончания работ убрать рабочее место и привести в порядок используемое в работе оборудование.

### **7.3. Требования соблюдения личной гигиены.**

7.3.1. По окончании работ работник должен вымыть руки теплой водой с мылом.

### **7.4. Порядок извещения руководителя работ о недостатках, влияющих на безопасность труда, обнаруженных во время работы.**

7.5.1. Об окончании работы и всех недостатках, обнаруженных во время работы, известить своего непосредственного руководителя.

## **РАЗРАБОТАЛ**

Главный инженер

## **СОГЛАСОВАНО**

Начальник отдела ОТ, ТБ и ПП

  
\_\_\_\_\_ Меншиков П.Г.

  
\_\_\_\_\_ Козлов С.Р.