



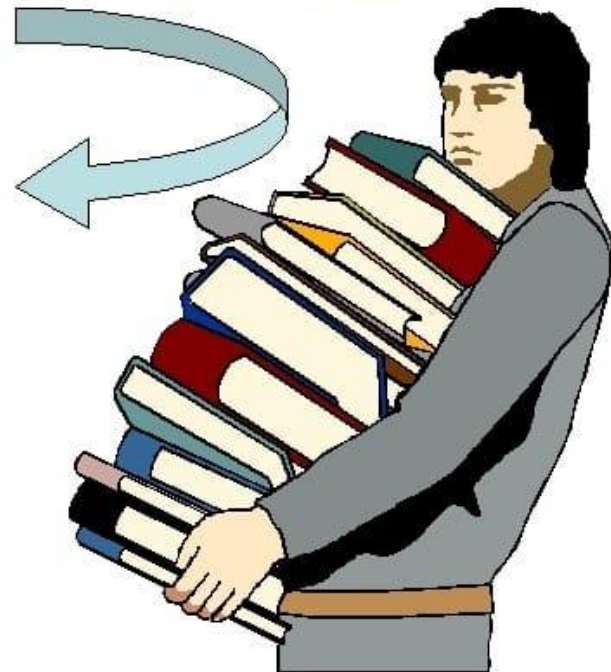
Безопасность труда в библиотеке (беседа)



Основные положения законодательств Российской Федерации по охране труда

- - Конституция Российской Федерации
(принята всенародным голосованием
12 декабря 1993 года)
- - Трудовой кодекс Российской
Федерации
(Федеральный закон № 197-ФЗ
от 30 декабря 2001 года)
- - «Об обязательном социальном
страховании от несчастных случаев на
производстве и профессиональных
заболеваний»
(Федеральный закон № 125-ФЗ
от 24 июля 1998 года)
- - Законы об охране труда субъектов
Российской Федерации

Источники законодательства Российской Федерации по охране труда



- Жизнедеятельность человека в искусственной среде связана со светом, цветом, теплом, воздухом, звуком и др. Эти функционально-технологические факторы обладают своими физическими свойствами, оказывают определенное влияние на организацию труда в библиотеке.
- Искусственное освещение обеспечивает комфортные условия для деятельности человека при отсутствии или недостатке естественного. В некоторых случаях применение искусственных источников света позволяет решить задачи, практически невыполнимые при использовании только естественного освещения. В читальных залах целесообразно устанавливать настольные лампы на каждом столе, а общий свет сделать приглушенным. Сейчас во многих библиотеках, стеллажи открытого доступа снабжены специальными светильниками (также освещаются и карточные каталоги), свет которых экранируется направленно на полки с книгами, что, во-первых, очень удобно читателям и библиотекарям, а во-вторых – экономит электроэнергию.
- Для современной библиотеки особенно важно обращать внимание на защищенность от излишнего солнечного света. Излишняя освещенность - как естественная, так и искусственная, означает избыток ультрафиолетовых лучей, что приводит к разрушению книги.
- Предельной нормой освещенности библиотечного помещения является 200 люксов (лк) - в помещениях, где работают люди. При этом в читальных залах обязательно сочетание естественного и искусственного освещения. В книгохранилищах *норма* освещенности на поверхности документа - не более 50 лк. Не допускается освещение документов прямым солнечным светом. В книгохранилищах светильники должны располагаться на расстоянии не менее 0,5 м от поверхности документа, стеллажа или шкафов.

- Тепловой режим на территории библиотеки мало чем отличается от теплового режима бытового помещения. *Норма* теплового режима в помещении книгохранилища – не более $(18\pm 2)^{\circ}\text{C}$ и относительная влажность воздуха $(55\pm 5)\%$.
- В читальных залах и рабочих помещениях персонала библиотеки температурно-влажностный режим составляет значения соответственно: температура воздуха – $(20\pm 1,5)^{\circ}\text{C}$, относительная влажность – $(45\pm 7)\%$. Устойчивый нормативный температурно-влажностный режим библиотечного помещения можно поддерживать только при условии применения надежной системы кондиционирования воздуха, независимо от теплого и холодного времени года.
- Любая библиотека нуждается в надежной системе аэрации помещений. Особое *значение* это имеет для книгохранилищ и помещений, где работает копировально-множительная техника и прочие технические средства. В идеале библиотека может использовать системы микроклимата. Системы микроклимата позволяют комплексно решать проблемы обеспечения нормальных условий температурно-влажностного режима, аэрации помещений, снижение уровня запыленности и загрязненности.
- Предъявляются определенные требования к взаимодействию человека и машины, а также правильной организации рабочего места. А рабочее *место* в первую *очередь* характеризуется используемой мебелью. Важное *значение* имеют цвет и отражающая способность поверхности стола. Цвет не должен быть ярким. Рекомендуется для столов выбирать цвета, гармонично сочетающиеся с окраской помещения.
- Однако следует иметь в виду, что в очень светлом помещении на экране монитора плохо видны буквы и цифры (символы). Лучше использовать матовые поверхности столов.
- В качестве стульев предпочтительно пользоваться специальными полумягкими компьютерными креслами с подъемно-поворотными устройствами, имеющими подлокотники, *основание* на колесиках, возможность регулировать высоту сидения и угол наклона спинки. Последняя должна иметь форму, соответствующую правильной осанке спины человека (эргономический *параметр*). Поверхность сиденья должна иметь закругленный передний край и быть нескользящей, неэлектризирующейся, с воздухопроницаемым покрытием. Рабочее *место* рекомендуется оборудовать подставкой для ног, ее поверхность должна быть рифленой.
- Оптимальное *расстояние* между экраном и работающим с ПК должно быть около 50 см. На этом расстоянии обычно уже не выявляются ни ультразвуковое, ни рентгеновское излучение мониторов; и клавиатура, кстати, не должна быть ближе.

ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ РАБОТЕ НА ПЕРСОНАЛЬНОМ КОМПЬЮТЕРЕ



ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ РАБОЧЕГО МЕСТА

Подключать ПК и другую технику к электросети необходимо только через заземленную розетку, расположенную в доступном месте.

Системный блок нужно поместить на надежную поверхность (железный стол, массивная подставка/тумба) - так, чтобы исключить даже случайное его сотрясение.

Дисплей необходимо установить на такой высоте, чтобы центр зрачка был на 15-20 см. ниже уровня глаз.

Угол наклона - до 15°
Расстояние от глаз до экрана - не менее 50 см.; нормально - 60-70 см.

Клавиатура располагается на расстоянии 15-30 см. от края столешницы или на специальной выдвинутой доске.

Не рекомендуется установка ПК (и клавиатуры) на поверхность, которая создает блики и легко "собирает" статическое электричество (оргстекло, полированная и покрытая лаком доска).

Не следует помещать ПК на один стол с матричным принтером.

Необходимо следить, чтобы бумага не закрывала вентиляционные отверстия работающих аппаратов.

НЕПРАВИЛЬНАЯ УСТАНОВКА ДИСПЛЕЯ СТАНЕТ ПРИЧИНОЙ ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЗВОНОЧНИКА И УСИЛЕНИЯ ЗРЕНИЯ.



КАЖДЫЙ РАБОТНИК ОБЯЗАН

Выполнять требования инструкции по охране труда для работающих на ПК, утвержденной руководителем организации (подразделением);

Соблюдать трудовую дисциплину, в течение рабочего дня устраивать только регламентированные перерывы в соответствии с категорией тяжести работы;

Содержать в порядке и чистоте рабочее место;

Соблюдать правила безопасности, выполнять санитарно-гигиенические требования;

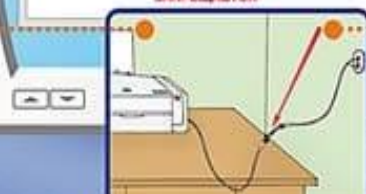
Сообщать руководителю об обнаруженном повреждении в работе оргтехники;

Приступать к труду после проверки оборудования с помощью опытного лица, предварительно отключив общее электропитание;

Оказать пострадавшему сотруднику первую медицинскую помощь до прибытия врача.

Самостоятельно исправлять повреждения в электропроводах, устранять неисправности оборудования

ЗАПРЕЩАЕТСЯ



МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ РАБОТЫ

ЗАЩИТА ОТ ЭЛЕКТРИЧЕСКОГО НАПРЯЖЕНИЯ

Необходимо строго соблюдать последовательность действий и начале работы: включить общее питание, периферийные устройства, системный блок;

в конце работы: выключить системный блок, периферийные устройства, общее питание.

Не обязательно выключать ПК на время небольших перерывов в работе.

Перед подсоединением/отсоединением устройств ввода-вывода требуется полностью отключить эту технику и ПК от электросети.

При появлении запаха гари или при обнаружении повреждения изоляции, обрыва провода следует немедленно отключить устройства (лучше - общее электропитание) и сообщить о неисправности руководителю.

Прикасаться к задней панели работающего системного блока (процессора) **ЗАПРЕЩАЕТСЯ!**

Недопустимо попадание влаги на системный блок, дисплей, клавиатуру и другие устройства.

При интенсивной работе резко возрастает напряженность электрического поля на клавиатуре и "мышь". Работать с "мышью" нужно на специальном коврике.

РАБОЧАЯ ПОЗА

Правильная рабочая поза

позволяет избежать перенапряжения мышц; способствует лучшему кровотоку и дыханию.

Следует сидеть прямо (не сутулиться) и опираться спиной о спинку кресла. Прогибать спину в поясничном отделе нужно не назад, а, наоборот, немного вперед.

Недопустима работа, развалившись в кресле. Такая поза вызывает быстрое утомление, снижение работоспособности.

Чтобы не травмировать позвоночник, важно: избегать резких движений;

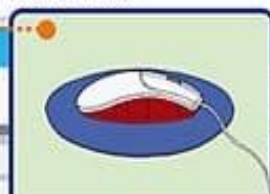
подниматься/сидеть, держать голову и торс прямо;

Необходимо найти такое положение головы, при котором меньше напрягаются мышцы шеи. Рекомендуемый угол наклона головы - до 20°. В этом случае значительно снижаются нагрузка на шейные позвонки и на глаза.

Положение рук. Во время работы необходимо расслабить руки, держать предплечья параллельно полу, на подлокотниках кресла.

Кисти рук - на уровне локтей или немного ниже, запястья - на опорной плоскости. Тогда пальцы получат наибольшую свободу передвижения.

Не следует высоко поднимать запястья и выгибать кисти - это может стать причиной боли в руках и онемения пальцев. Можно надевать легкие перчатки без пальцев, если стынут руки.



- Не рекомендуется дотрагиваться до экрана работающего монитора, стирать с него пыль, ставить на него вещи, тем более горючие вещества или жидкости.
- По утвержденным санитарным нормам, *расстояние* от рабочего места до стен с оконными проемами должно быть не менее 1-1,5 м, между рабочими местами - не менее 1,5 м. Работа с дисплеем на электронно-лучевой трубке должна занимать не более 60% общего рабочего времени. Если же работа с перерывами невозможна, время работы у экрана следует ограничить до 4 ч в рабочую смену.
- При достаточно напряженной 8-часовой работе с ЭВМ, помимо обеденного перерыва, через 3 ч от начала работы и за 2 ч до ее завершения рекомендуется 10-минутный перерыв. Через каждый час должен быть перерыв 5-10 мин. или около 15 мин. через 2 часа работы.
- По статье 34 Закона РФ "О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения" администрация предприятий, где используются дисплеи, должна обеспечить необходимый *контроль* параметров электромагнитных, электростатических полей, уровня шума, *контроль* ПК, ЭВМ и др.
- Перед работой на компьютере помещение должно быть хорошо проветрено, особенно в зимний период, когда функционирует центральное отопление, приводящее к сухости воздуха. При этом в отапливаемый период относительная влажность снижается в 4-5 раз *по сравнению* с нормой (55-62%). Проветривание должно осуществляться в любую погоду. Оптимальная температура воздуха при работе на компьютере должна находиться в пределах 19-21С.
- Один *компьютер* должен располагаться в помещении площадью не менее 6 м², не допускается концентрация большого количества компьютеров в одном помещении, т.к. возрастают концентрации отрицательных легких, средних и особенно тяжелых ионов, которые отрицательно влияют на самочувствие и работоспособность сотрудников.

- Мышечно-скелетные заболевания, от которых страдают более 40% всех работающих, - результат плохих эргономических условий. При регулярных нарушениях правил работы могут отмечаться изменения в сердечно – сосудистой системе, системе крови, снижение иммунитета. В некоторых случаях могут возникнуть начальные симптомы депрессии, могут начать выпадать волосы, правда, чаще это все минимально выражено. Иногда могут быть проявления неврастения с раздражительностью, утомляемостью, нарушениями сна, болями в области сердца, колебаниями артериального давления, потливостью, другими болезненными проявлениями.
- Важнейшее направление связано с действием персонала. Это забота об улучшении условий труда, обязательное соблюдение элементарных гигиенических требований, разработанных специалистами и отраженных в соответствующих документах. Так, Министерством культуры РФ подготовлен "Перечень действующих законодательных и иных нормативных правовых актов в области охраны труда для организаций федерального ведения". Детальное изложение норм и порядка организации действий персонала содержится в документе "Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы".