

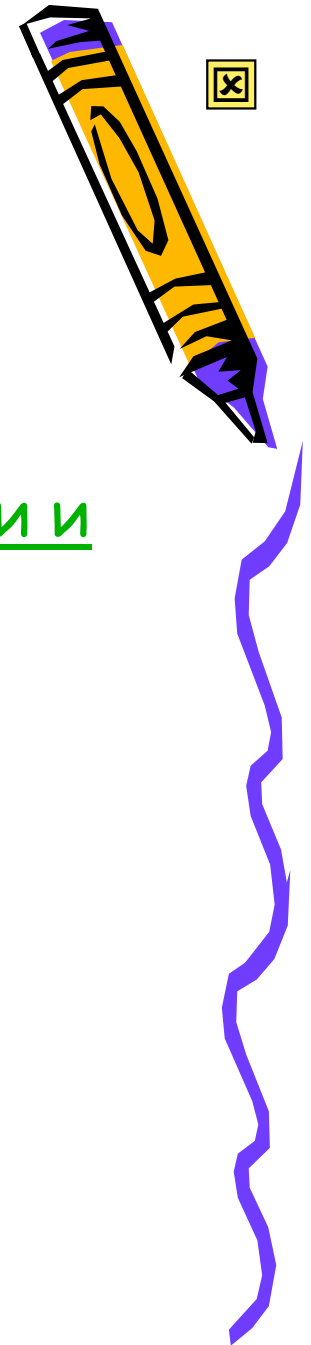
Компьютер и безопасность

Организация рабочего места



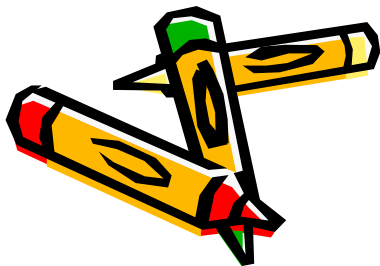
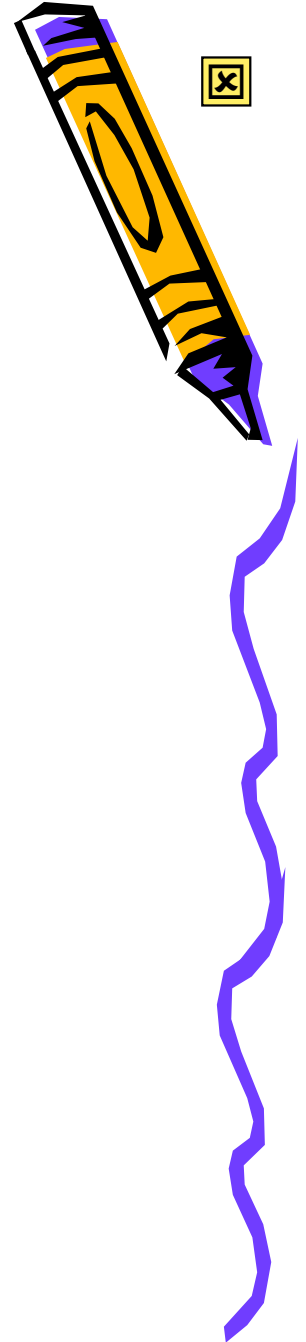
Оглавление

- Организация рабочего места
- Нормирование микроклимата, освещенности и шума
- Продолжительность работы и перерывов
- Об авторе



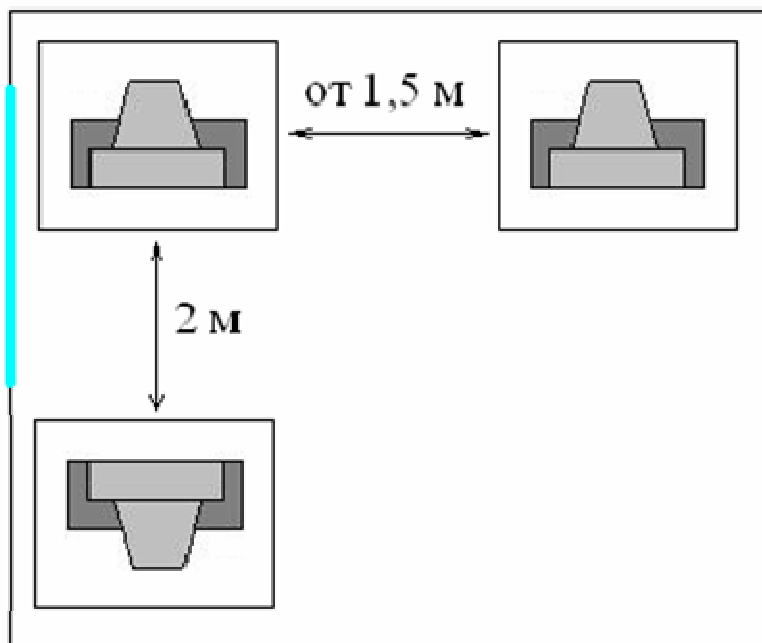


Организация рабочего места





Минимальные размеры рабочего места

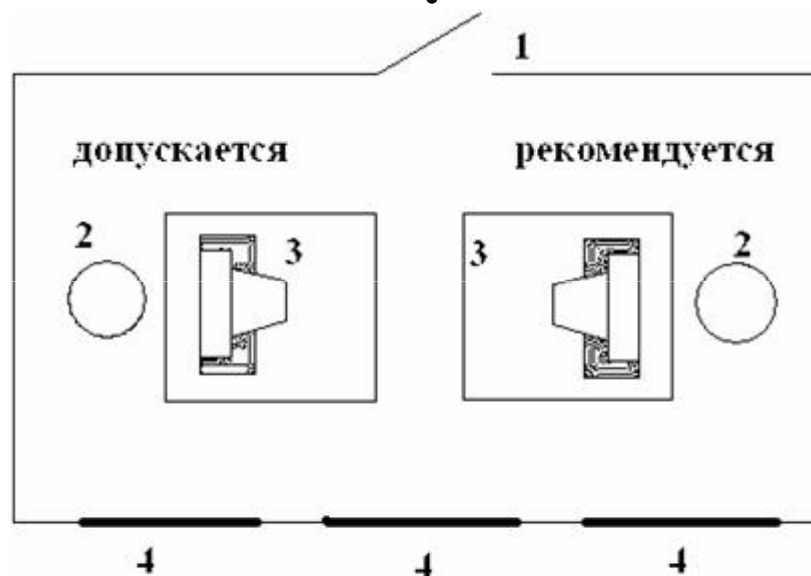
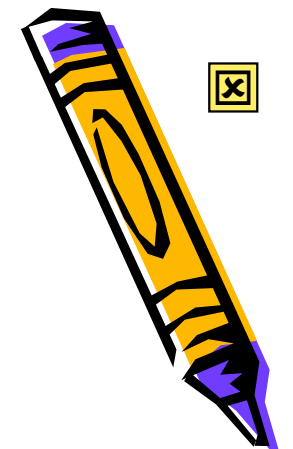


- Площадь - 6 м^2
- объем - 20 м^3



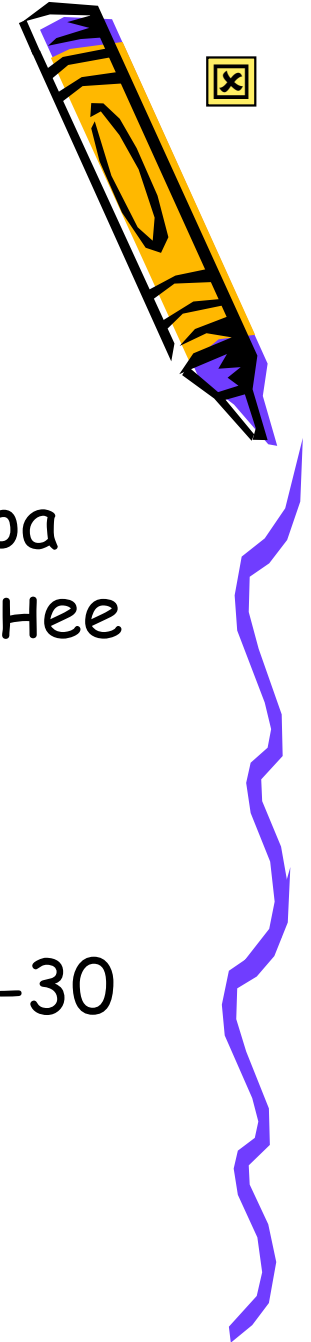


Расположение рабочих мест по отношению к световым предметам

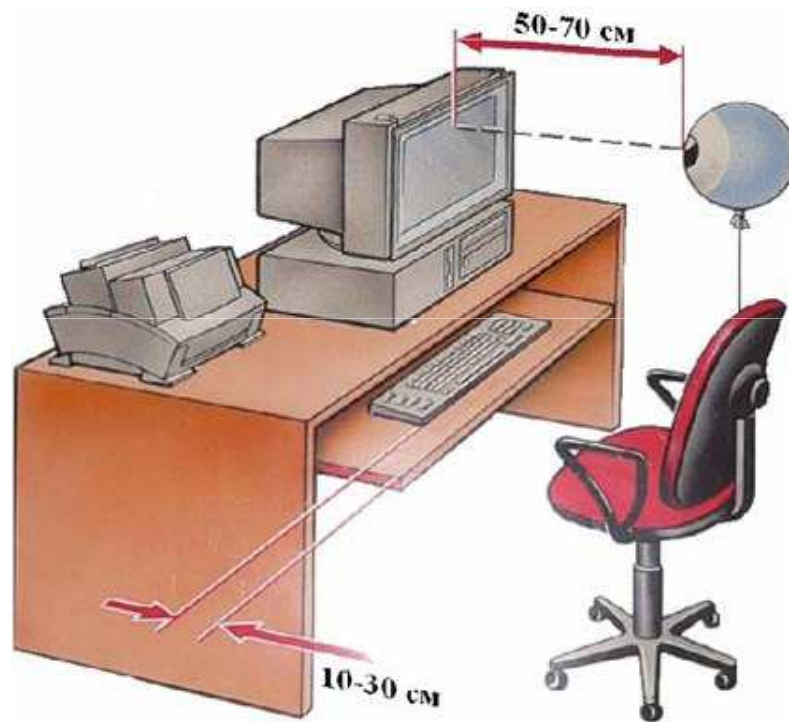


- 1. Дверь
- 2. Кресло
- 3. Рабочий стол
- 4. Окна



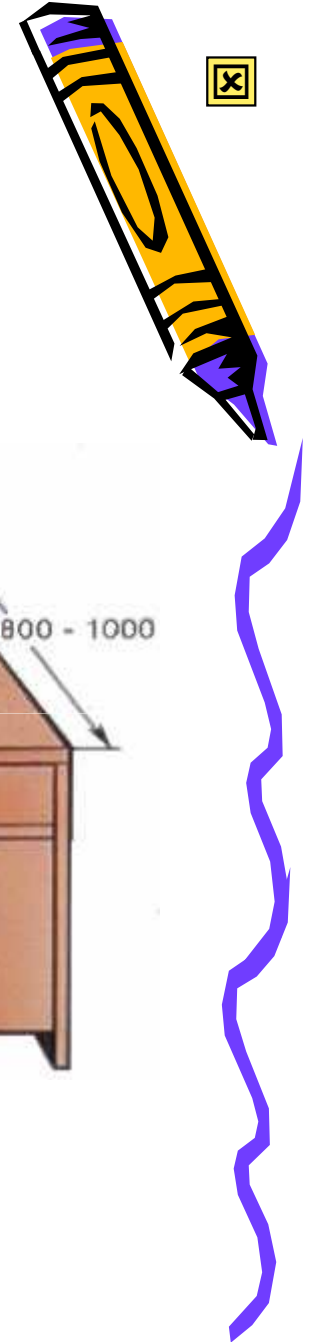


Расстояния до человека



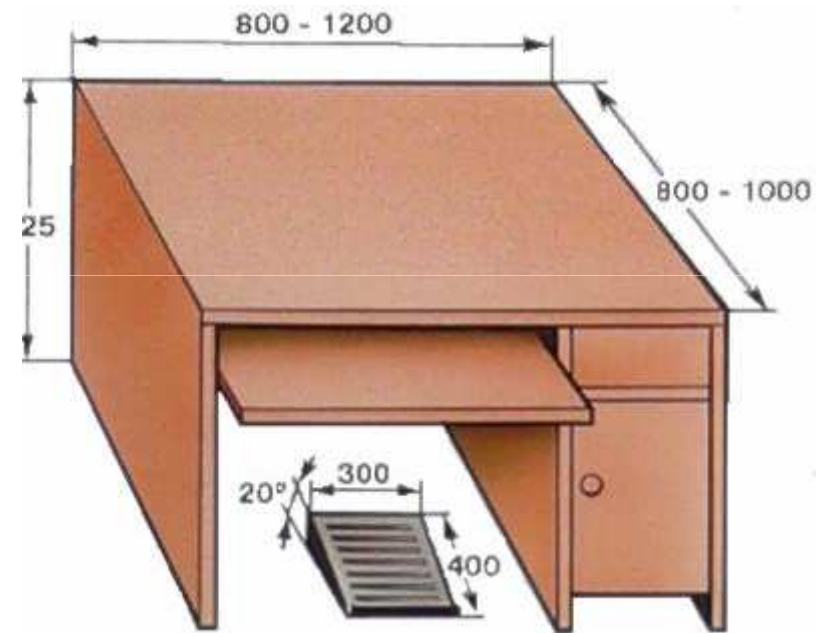
- Расстояние от экрана монитора до глаз - не менее 50-70 см.
- Расстояние от клавиатуры до края стола - 10-30 см.





Размеры стола

- Правильно организованное рабочее место позволят минимизировать вредное воздействие компьютера на здоровье.

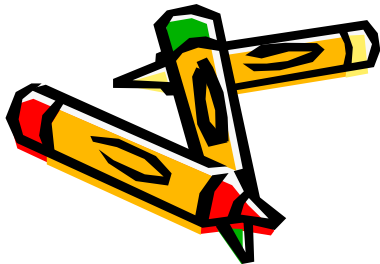




Размеры стула

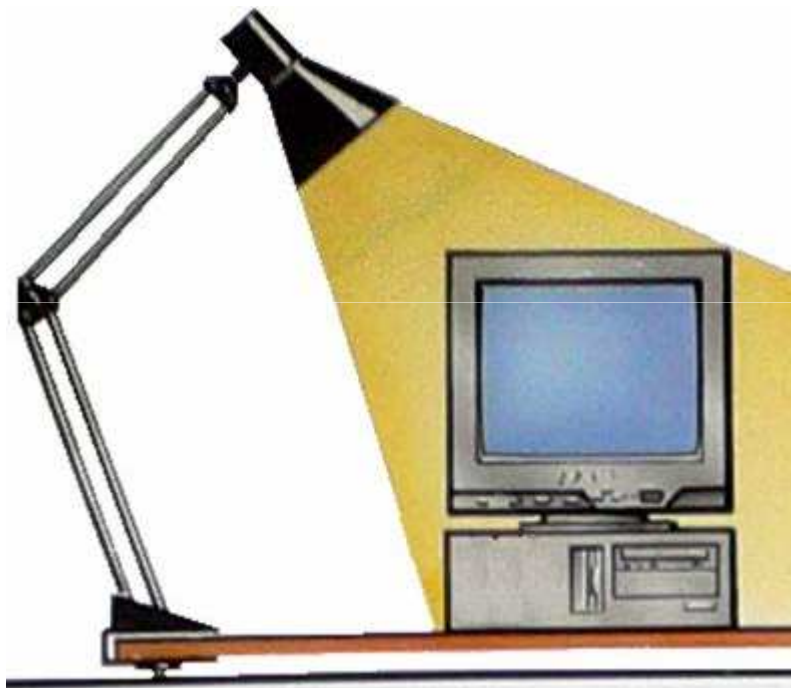


- Подъемно-поворотное кресло, регулируемое по высоте и углам наклона сиденья и спинки.

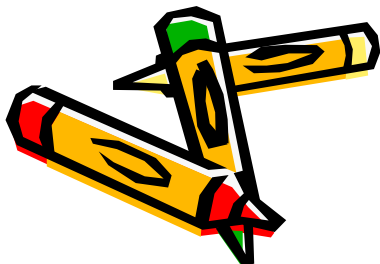




Организация ИСКУССТВЕННОГО ОСВЕЩЕНИЯ



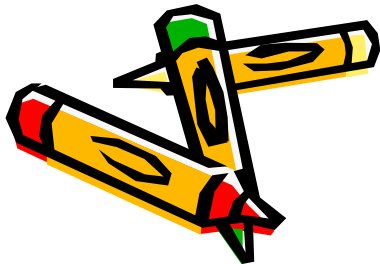
- Регулярно проверять освещение люксометром.
- Регулировать положение светильника, чтобы на экране монитора не возникло бликов.
- Время от времени подстраивать яркость экрана, проверять её яркомером.





Правила

- Запрещается самостоятельно вскрывать монитор, просовывать внутрь металлические предметы
- оберегать монитор от попадания влаги
- не загромождать вентиляционные отверстия монитора
- держать монитор подальше от источников тепла
- избегать сгибов и защемлений питающего кабеля



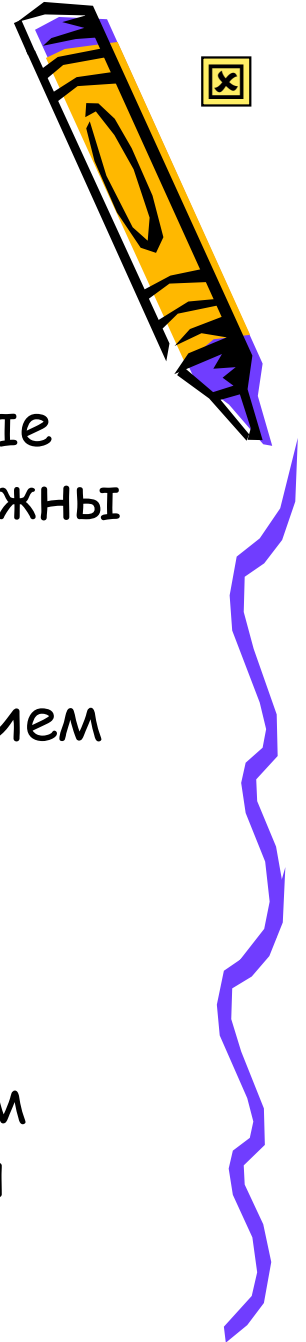


Правила

(продолжение)

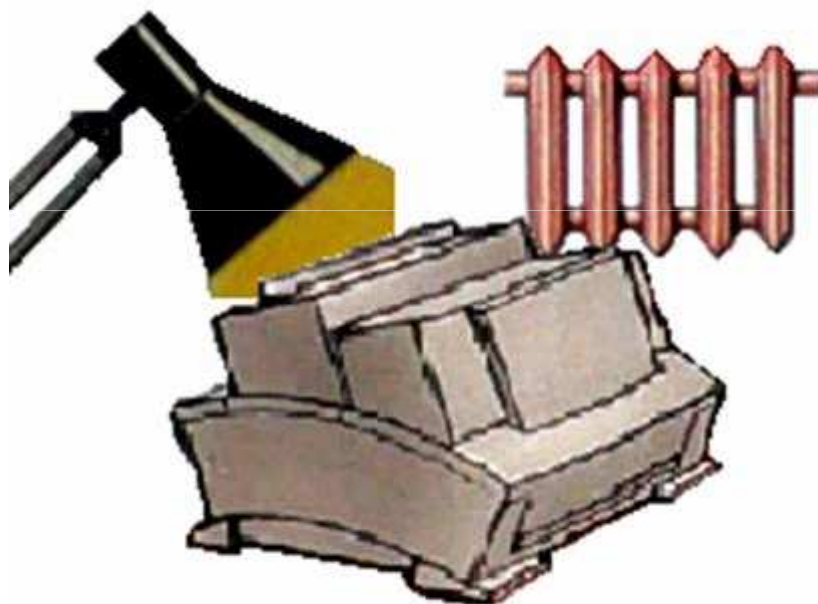


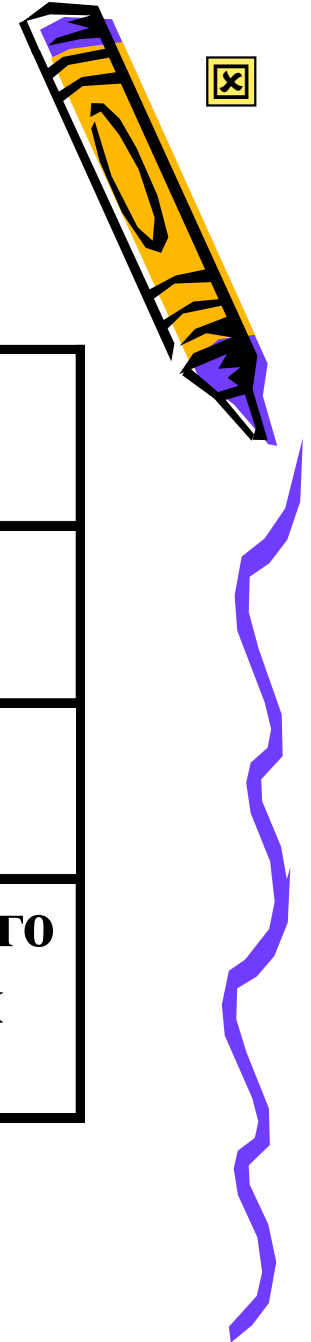
- Профессиональные пользователи должны проходить предварительный (перед поступлением на работу) периодические медосмотры
- беременным и кормящим матерям компьютер вреден





Нормирование микроклимата, освещенности и шума

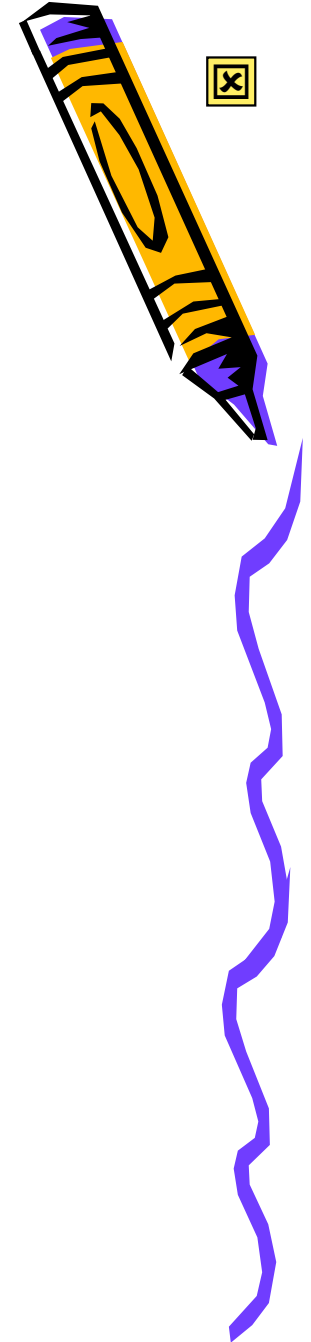




Микроклимат

Температура, °С	21-25
Относительная влажность, %	40-60
Скорость движения воздуха, м/с 0, 1	0, 1
Разность температур на уровне головы сидящего оператора не более 3 °С, ежедневная влажная уборка помещения обязательна!	





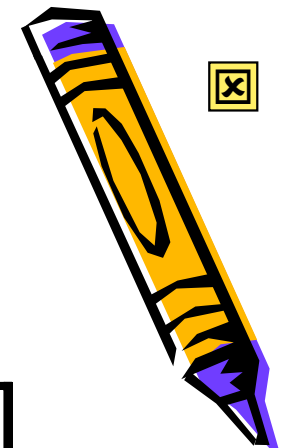
Нормы освещенности

Экрана	100-250 ЛК
Стола	300-500 ЛК
Яркость экрана должна быть не менее 35 кд/м ²	





Допустимый уровень шума, дБа

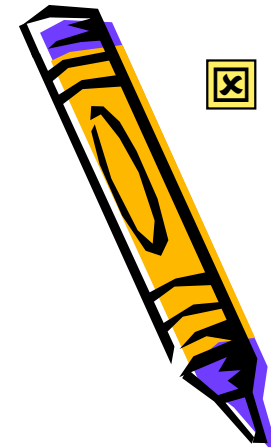


При работе без печатающего устройства	50
При включенном печатающем устройстве	75
Печатающее устройство устанавливают на звукопоглощающую поверхность автономно от рабочего места оператора	





Продолжительность работы и перерывов





Время регламентированных перерывов в работе



Категория работы	Уровень нагрузки			Суммарное время	
	Считы вание инфор мации (тыс.)	Ввод инфор мации (тыс. печат ных знако в)	Реж им диал ога (час ов)	8- часовая	12- часовая
1	До 20	До 15	До 2	30	70
2	До 40	До 30	До 4	50	90
3	До 60	До 40	До 6	70	120





Чередование работы и перерывов



- 5-10 мин. после каждого часа работы или 15-20 мин. (после каждых двух часов работы)
- обеденный перерыв не входит в суммарное время регламентированных перерывов
- продолжительность непрерывной работы должна быть не более двух часов
- ночью с 22 до 6 часов суммарное время перерывов увеличивается на 60 минут
- при несоответствии гигиенических условий труда нормативам перерыв увеличивается на 30 минут





Авторы

- Елисеева Оксана,
студентка
факультета
«Коммерческий»,
гр. ТП-41, ХГАЭП
- Калитин Сергей
Вячеславович,
доцент ХГАЭП

