

## Профилактические мероприятия для компьютерного рабочего места



## **1. Требования к микроклимату, ионному составу и концентрации вредных химических веществ в воздухе помещений**

На рабочих местах пользователей персональных компьютеров должны обеспечиваться оптимальные параметры микроклимата в соответствии с СанПин 2.2.4.548-96. Согласно этому документу для категории тяжести работ 1а температура воздуха должна быть в холодный период года не более 22-24оС, в теплый период года 20-25оС. Относительная влажность должна составлять 40-60%



## 2. Требования к освещению помещений и рабочих мест

В компьютерных залах должно быть естественное и искусственное освещение. Световой поток из оконного проема должен падать на рабочее место оператора с левой стороны.

Искусственное  
эксплуатации  
осуществлять  
равномерного освещения.



помещениях  
должно  
общего

Для искусственного освещения помещений с

### 3. Требования к шуму и вибрации в помещениях

Уровни шума на рабочих местах пользователей персональных компьютеров установленных в СанПиН 2.2.4/2.1.8.562-96 и составляют н



#### 4. Требования к организации и оборудованию рабочих мест

Схемы размещения рабочих мест с персональными компьютерами должны учитывать расстояния между рабочими столами с мониторами: расстояние между боковыми поверхностями мониторов не менее 1,2 м, а расстояние между передним краем монитора и тыльной частью другого монитора не менее 2,0 м. Рабочий стол может быть любой конструкции, отвечающей современным требованиям



## 5. Режим труда и отдыха при работе с компьютером

При 8-часовой рабочей смене и работе на ПК регламентированные перерывы следует устанавливать:



для первой категории работ — от через 2 часа от начала смены и через 2 часа после обеденного перерыва продолжительностью 15 минут каждый;

Все профессиональные пользователи ПК должны проходить обязательные предварительные медицинские осмотры при поступлении на работу, периодические медицинские осмотры с обязательным участием терапевта, невропатолога и окулиста, а также проведением общего анализа крови и ЭКГ.

Не допускаются к работе на ПК женщины со времени установления беременности и в

## 7. Обеспечение электробезопасности и пожарной безопасности на рабочем месте

На рабочем месте пользователя размещены дисплей, клавиатура и системный блок. При включении дисплея на электронно-лучевой трубке создается высокое напряжение в несколько киловольт. Поэтому запрещается прикасаться к тыльной стороне дисплея, вытирать пыль с компьютера при его включенном состоянии, работать на компьютере во влажной одежде и влажными руками.

Перед началом работы (



идеться в

# Спасибо за внимание

