

ЭКСПЛУАТАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К КОМПЬЮТЕРНОМУ РАБОЧЕМУ МЕСТУ

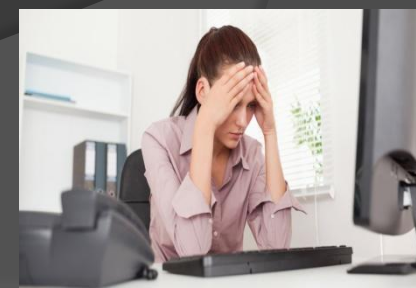
Выполнила:
Студентка группы ТОП19 1/9
Бодня Евгения

Эксплуатационные требования к компьютерному рабочему месту — это комплекс обязательных характеристик, которым должно отвечать рабочее место с ПК .



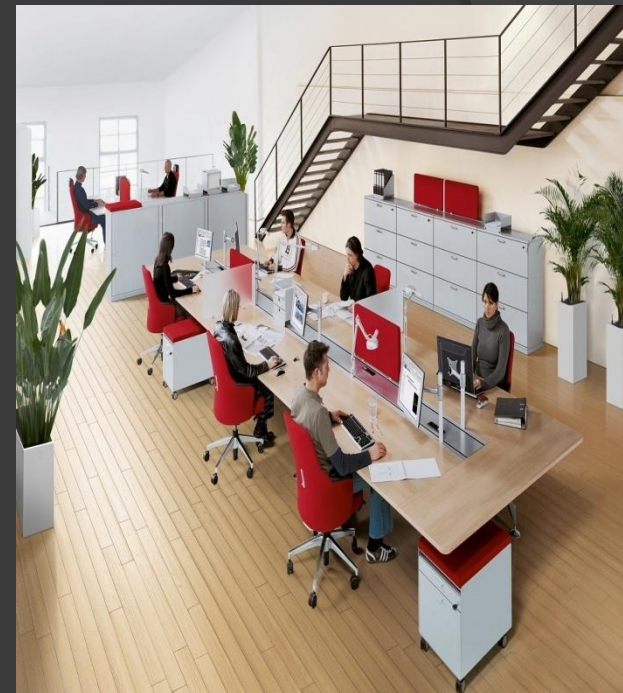
Основные вредные факторы, действующие на человека за компьютером:

1. Сидячее положение в течение длительного времени;
2. Воздействие электромагнитного излучения монитора;
3. Утомление глаз, нагрузка на зрение;
4. Перегрузка суставов кистей;
5. Стресс при потере информации.
6. Интернет – зависимость
7. Нагрузка на психику.



Общие требования к рабочим помещениям и рабочим местам

- Количество рабочих мест в помещении должно быть определено исходя из следующих норм: площадь пола под 1 рабочее место с компьютером — не менее 6 м²;
- объем пространства вокруг рабочего места — не менее 20 м³
- Освещение в помещениях должно быть и естественное, и искусственное.
- Располагать компьютеризированные рабочие места в помещениях без окон запрещается. Помещения для работы с компьютерами должны:
 - отапливаться;
 - вентилироваться.
- Для отделки поверхностей внутри помещений должны быть использованы диффузно-отражающие материалы (с необходимым коэффициентом отражения).
- Пол в помещении должен быть ровным, не скользким, обладать антистатическими свойствами, и с него должны легко удаляться загрязнения. В помещении необходимо иметь огнетушитель и аптечку первой помощи.



Требования к микроклимату и концентрации вредных веществ

- Температура в помещении: в холодный период — 22–24 °С;
- в теплый период — 20–25 °С.
- Относительная влажность воздуха — 40–60%.
- Скорость перемещения воздуха — 0,1 м/с. Ионный состав воздуха должен находиться в следующих пределах:
- ионы с положительным зарядом — от 400 до 50 000 в 1 см³;
- ионы с отрицательным зарядом — от 600 до 50 000 в 1 см³.
- **Важно!** Если в контрольных пробах воздуха обнаружены несколько вредных веществ, то для определения пригодности воздуха для дыхания нужно вычислить суммарную концентрацию. Она не должна быть больше 1.



Требования к шуму

- В помещениях, оборудованных для работы на ПК, звуковые колебания в частотах, различимых человеком, не должны превышать уровень громкости в 50 дБА (человеческое ухо воспринимает звуки в интервале от 16 до 20 000 Гц).
- Этого добиваются путем:
 - соблюдения общих требований к помещениям в части расположения рабочих мест и зон;
 - использования шумопоглощающих и шумоизолирующих материалов в отделке;
 - применения дополнительных мер (например, хорошим дополнительным поглотителем шума является плотная однотонная ткань, повешенная в складку на расстоянии 15–20 см от стены или окна).



Требования к рабочим местам

- Рабочие места, оборудованные компьютерами, должны быть размещены в помещении по схеме с учетом того, что:
 - расстояние между боковыми поверхностями мониторов должно составлять не менее 1,2 м;
 - расстояние между экраном 1 монитора и тыльной частью другого — не менее 2 м.
- Рабочее место должно быть оборудовано рифленой подставкой для ног не менее 300 мм в ширину и не менее 400 мм в длину.
- Подставка должна регулироваться по высоте в пределах до 150 мм.

Рабочий стол:

- позволяет удобно расположить оборудование с учетом характера работы (например, есть место для подставок под рабочие документы);
 - минимальная ширина — не менее 600 мм, минимальная длина — не менее 1 200 мм, высота — в пределах от 680 до 800 мм;
 - поверхность матовая или полуматовая (не бликующая);
- пространство под столом позволяет свободно помещать и вытягивать ноги;
- имеет дополнительную поверхность для клавиатуры либо позволяет расположить ее на расстоянии 100–300 мм от края стола.



Рабочий стул

Рабочий стул:

- обеспечивает работнику физиологически удобную позу и позволяет изменять ее в течение рабочего времени;
- поверхность сиденья — не менее 400 мм по ширине и глубине, с закругленным передним краем; сиденье регулируется от 440 до 550 мм по высоте и от -5 до 15 градусов по наклону вперед;
- поверхность спинки — 300 мм в высоту и 380 мм в ширину, наклон и расстояние от сиденья регулируются;
- подлокотники должны иметь длину не менее 250 мм и ширину 50–70 мм, высота подлокотников над сиденьем — в пределах 230 мм, а расстояние между ними — в пределах 350–500 мм;
- поверхность сиденья, спинки, подлокотников должна быть полумягкой, не скользкой, не электризоваться и хорошо очищаться.



Медицинские требования

Такие требования связаны больше с процессом труда на рабочем месте. Предусматриваются отдельные нормативы по:

- режиму труда и отдыха;
- медико-профилактическим и оздоровительным мероприятиям;
- системе медицинских осмотров (с участием терапевта, невропатолога и окулиста);
- запрещению работы на ПК отдельным категориям работников по медицинским показаниям.

Требования электро- и пожарной безопасности и Санитарно-гигиенические требования к рабочему месту

- Электробезопасность обеспечивается разработкой правил и нормативов работы с оборудованием.
- Работники должны быть ознакомлены с ними и обязаны выполнять;
- Пожарная безопасность должна быть организована как система предотвращения пожара и система защиты. Например, во всех помещениях должен быть план эвакуации людей при пожаре, персонал должен знать и выполнять элементарные правила пожарной безопасности и поведения в случае ЧП;
- Требования к материалам для отделки и мебели подразумевают, что они должны легко содержаться в чистоте;
- Требования к расположению рабочих мест (по занимаемой площади и кубатуре воздуха) следуют из такого расположения людей, чтобы, во-первых, не допустить быстрого распространения инфекций, а во-вторых, обеспечить успешную эвакуацию при пожаре.

