

Общество с ограниченной ответственностью
«ИРКУТСКАЯ ТЕПЛОСЕТЕВАЯ КОМПАНИЯ»

«СОГЛАСОВАНО»

Главный инженер ООО «ИТСК»
Болкун Д.С.

07 07 2025г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Генеральный директор ООО
«ИТСК»

Хвостов А.Ю.
07 07 2025г.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА
№ ИОТ-24

для старшего диспетчера.

г. Иркутск 2025 г.

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА

1.1. К работе старшим диспетчером допускается работник, имеющий соответствующую выполняемой работе квалификацию, прошедший вводный и первичный на рабочем месте инструктажи по охране труда.

1.2. Старший диспетчер, независимо от квалификации и стажа работы, не реже одного раза в шесть месяцев должен проходить повторный инструктаж по охране труда; в случае нарушения им требований охраны труда, а также при перерыве в работе более чем на 60 календарных дней, он должен пройти внеплановый инструктаж.

1.3. Старший диспетчер, не прошедший инструктажи и проверку знаний по охране труда, к самостоятельной работе не допускается.

1.4. Для выполнения работ на персональном компьютере диспетчер должен изучить инструкцию по эксплуатации персонального компьютера и пройти специальный инструктаж по электробезопасности для получения группы I.

1.5. Старший диспетчер, допущенный к постоянной работе на персональном компьютере (более 50% рабочего времени) перед поступлением на работу и в дальнейшем периодически (не реже 1 раза в год) должен проходить медицинские осмотры.

1.6. Женщины со времени установления беременности должны быть переведены на работы, не связанные с использованием персональных компьютеров, или для них должно быть ограничено время работы с персональным компьютером (не более 3-х часов за рабочую смену).

1.7. Старший диспетчер, допущенный к самостоятельной работе, должен знать: элементарные понятия об оборудовании, расположенном на рабочем месте. Способы рациональной организации рабочего места. Санитарно-гигиенические требования к условиям труда. Опасные и вредные производственные факторы, которые могут оказывать неблагоприятное воздействие на диспетчера во время работы. Правила, нормы и инструкции по охране труда и пожарной безопасности. Правила пользования первичными средствами пожаротушения. Способы оказания первой помощи при несчастных случаях. Правила внутреннего трудового распорядка организации.

1.8. Старший диспетчер, направленный для участия в выполнении несвойственных его должности работ, должен пройти целевой инструктаж по безопасному выполнению предстоящих работ.

1.9. Старшему диспетчеру запрещается пользоваться инструментом, инвентарём и оборудованием, безопасному обращению с которым он не обучен.

1.10. Во время работы на старшего диспетчера могут оказывать неблагоприятное воздействие, в основном, следующие опасные и вредные производственные факторы:

- длительное статическое напряжение мышц спины, шеи, рук и ног, что может привести к статическим перегрузкам;
- перенапряжение слухового анализатора при приёме и передаче информации;
- перенапряжение зрительного анализатора при работе за экраном монитора персонального компьютера;
- электрический ток, путь которого в случае замыкания может пройти через тело человека;
- недостаточная освещённость рабочего места.

1.11. Для предупреждения возможности возникновения пожара старший диспетчер должен соблюдать требования пожарной безопасности сам и не допускать нарушения этих требований другими работниками; курить разрешается только в специально отведённых для этого местах.

1.12. Старший диспетчер обязан соблюдать трудовую и производственную дисциплину, правила внутреннего трудового распорядка.

1.13. Если с кем-либо из работников произошёл несчастный случай, то пострадавшему необходимо оказать первую помощь, сообщить о случившемся руководителю и сохранить обстановку происшествия, если это не создаёт опасности для окружающих.

1.14. Старший диспетчер, при необходимости, должен уметь оказать первую помощь, пользоваться медицинской аптечкой.

1.15. Для предупреждения возможности заболеваний старшему диспетчеру следует соблюдать правила личной гигиены, в том числе, перед приёмом пищи необходимо тщательно мыть руки с мылом.

1.16. Старший диспетчер, допустивший нарушение или невыполнение требований инструкции по охране труда, рассматривается, как нарушитель производственной дисциплины и может быть привлечён к дисциплинарной ответственности, а в зависимости от последствий - и к уголовной; если нарушение связано с причинением материального ущерба, то виновный может привлекаться к материальной ответственности в установленном порядке.

2. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТЫ

2.1. Перед началом работы старшему диспетчеру следует рационально организовать своё рабочее место.

2.2. При использовании в работе персонального компьютера старший диспетчер должен знать о том, что, площадь на одно рабочее место пользователя персонального компьютера на базе электроннолучевой трубки (ЭЛТ) должна составлять не менее $6,0 \text{ м}^2$, а на базе плоских дискретных экранов (жидкокристаллических, плазменных) - $4,5 \text{ м}^2$.

2.3. Старший диспетчер должен убрать с рабочего места все лишние предметы, не используемые в работе.

2.4. Перед началом работы на персональном компьютере необходимо его осмотреть и убедиться в полной исправности, в том числе визуально проверить исправность электрического шнура, вилки и розетки, с помощью которых осуществляется питание компьютера.

2.5. Перед началом выполнения работы старший диспетчер должен проверить исправность оборудования и подготовить его к работе.

2.6. Перед началом работы нужно убедиться в достаточности и равномерности освещения рабочего места; кроме того, должны отсутствовать резкие тени, а все предметы должны быть отчётливо различимы.

2.7. Старший диспетчер должен лично убедиться в том, что все меры, необходимые для обеспечения безопасности выполнены.

2.8. Старший диспетчер не должен приступать к работе, если у него имеются сомнения в обеспечении безопасности при выполнении предстоящей работы.

3. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ВО ВРЕМЯ РАБОТЫ

3.1. Старшему диспетчеру следует выполнять работу в той последовательности, которая определена инструкцией.

3.2. Электрические шнуры должны быть в резиновой изоляции.

3.3. При включении или выключении электрического оборудования следует брать за колodку штепсельной вилки; нельзя для этой цели брать за электрический шнур.

3.5. Корпуса электрического оборудования должны быть заземлены.

3.6. Во избежание случаев электротравматизма нельзя снимать кожухи с оборудования во время работы.

3.7. При использовании в работе персонального компьютера нужно при помощи поворотной площадки монитор отрегулировать в соответствии с рабочей позой.

3.8. Конструкция рабочего стула (кресла) должна обеспечивать поддержание рабочей позы при работе с персональным компьютером, позволять изменять позу с целью снижения статического напряжения мышц шейно-плечевой области и спины для предупреждения развития утомления.

3.9. Тип рабочего стула (кресла) должен выбираться в зависимости от характера и продолжительности работы с персональным компьютером с учётом роста старшего диспетчера.

3.10. Рабочий стул (кресло) должен быть подъёмно-поворотным и регулируемым по высоте и углам наклона сиденья и спинки, а также расстоянию спинки от переднего края сиденья; при этом регулировка каждого параметра должна быть независимой, легко осуществляемой и иметь надёжную фиксацию.

3.11. Рабочий стол должен иметь пространство для ног высотой не менее 600 мм, шириной - не менее 500 мм, глубиной на уровне колен - не менее 450 мм и на уровне вытянутых ног - не менее 650 мм.

3.12. Конструкция рабочего стула (кресла) должна обеспечивать:

- ширину и глубину поверхности сиденья не менее 400 мм;
- поверхность сиденья с закруглённым передним краем;
- регулировку высоты поверхности сиденья в пределах 400-550 мм и углам наклона вперёд до 15° и назад до 5° ;
- высоту опорной поверхности спинки 300 ± 20 мм, ширину - не менее 380 мм и радиус кривизны горизонтальной плоскости - 400 мм;
- угол наклона спинки в вертикальной плоскости в пределах $0 \pm 30^\circ$;
- регулировку расстояния спинки от переднего края сиденья в пределах 260-400 мм;
- стационарные или съёмные подлокотники длиной не менее 250 мм и шириной - 50-70 мм;
- регулировку подлокотников по высоте над сиденьем в пределах 230 ± 30 мм и внутреннего расстояния между подлокотниками в пределах 350-500 мм.

3.13. Во время работы пользователь должен вести себя спокойно и выдержанно, избегать конфликтных ситуаций, которые могут вызвать нервно-эмоциональное напряжение и отразиться на безопасности труда.

3.14. Во время работы следует быть внимательным, не отвлекаться от выполнения своих обязанностей.

4. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

4.1. При несчастном случае, отравлении, внезапном заболевании необходимо немедленно оказать первую помощь пострадавшему, вызвать врача или помочь доставить пострадавшего к врачу, а затем сообщить руководителю о случившемся.

4.2. Диспетчер должен уметь оказывать первую помощь; при этом он должен знать, что всякая рана легко может загрязниться микробами, находящимися на ранящем предмете, коже пострадавшего, а также в пыли, на руках оказывающего помощь и на грязном перевязочном материале.

4.3. На то место ткани, которое накладывается непосредственно на рану, нужно капнуть несколько капель йода, чтобы получить пятно размером больше раны, а затем положить ткань на рану; оказывающий помощь должен вымыть руки или смазать пальцы йодом; прикасаться к самой ране даже вымытыми руками не допускается.

4.4. Первая помощь пострадавшему должна быть оказана немедленно и непосредственно на месте происшествия, сразу же после устранения причины, вызвавшей травму.

4.5. Если произошла травма вследствие воздействия электрического тока, то меры оказания первой помощи зависят от состояния, в котором находится пострадавший после освобождения его от действия электрического тока:

- если пострадавший находится в сознании, но до этого был в состоянии обморока, его следует уложить в удобное положение и до прибытия врача обеспечить полный покой, непрерывно наблюдая за дыханием и пульсом; ни в коем случае нельзя позволять пострадавшему двигаться;

- если пострадавший находится в бессознательном состоянии, но с сохранившимся устойчивым дыханием и пульсом, его следует удобно уложить, расстегнуть одежду, создать приток свежего воздуха, дать понюхать нашатырный спирт, обрызгать водой и обеспечить полный покой;

- если пострадавший плохо дышит (очень редко и судорожно), ему следует делать искусственное дыхание и массаж сердца; при отсутствии у пострадавшего признаков жизни (дыхания и пульса) нельзя считать его мёртвым, искусственное дыхание следует производить непрерывно как до, так и после прибытия врача; вопрос о бесцельности дальнейшего проведения искусственного дыхания решает врач.

4.6. Старший диспетчер при обнаружении пожара или признаков горения (задымление, запах гари, повышение температуры и т.п.) обязан немедленно уведомить об этом пожарную охрану по телефону 01.

4.7. При возгорании электрооборудования необходимо отключить его от электрической сети и приступить к тушению своими силами; при этом следует помнить, что применение средств пожаротушения, проводящих электрический ток (например, вода, пена), может привести к поражению людей электрическим током; поэтому для тушения горящего электрооборудования следует применять порошковые или углекислотные огнетушители.

5. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПО ОКОНЧАНИИ РАБОТЫ

5.1. По окончании работы старшему диспетчеру следует привести в порядок рабочее место, выключить в установленном порядке используемое диспетчерское и вспомогательное оборудование, убрать документы.

5.2. Обо всех замеченных в процессе работы неполадках и неисправностях используемого диспетчерского и вспомогательного оборудования, а также о других нарушениях требований охраны труда следует сообщить своему непосредственному руководителю.

5.3. По окончании работы следует тщательно вымыть руки тёплой водой с мылом.

РАЗРАБОТАЛ:

Инженер по эксплуатации ТО  Котляров А.Ю.