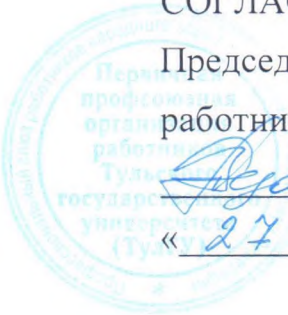


Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
Тульский государственный университет

СОГЛАСОВАНО

Председатель профкома
работников ТулГУ


С.В. Недошивин

« 27 » 12 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по КБ


В.А. Кондрашкин

« 27 » 12 2022 г.

ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда
для административно-управленческого
и инженерно-технического персонала

Инструкция № 18 вводится в действие с « 12 » 01 2023 г.

1. Общие требования охраны труда

1.1 Настоящая инструкция разработана для Административно-управленческого и Инженерно-технического персонала университета (далее - работник).

1.2 Работник допускается к самостоятельной работе после прохождения:

- обязательного предварительного медицинского осмотра, и не имеющие медицинских противопоказаний к выполняемой работе;
- вводного инструктажа по охране труда;
- вводного инструктажа по пожарной безопасности;
- первичного, а в последующем повторного инструктажа по охране труда на рабочем месте;
- первичного, а в последующем повторного инструктажа по пожарной безопасности;
- внепланового инструктажа по охране труда: при изменении технологического процесса или правил по охране труда, изменении условий и организации труда, при нарушениях инструкций по охране труда, перерывах в работе более чем на 60 календарных дней;
- целевого инструктажа по охране труда: при выполнении разовых работ; при ликвидации последствий аварий, стихийных бедствий; при выполнении работ, на которые оформляются наряд-допуск, разрешение или другие специальные документы; при проведении в организации массовых мероприятий; при направлении работника в командировку, по условиям которой он не попадает под юрисдикцию другого работодателя;
- инструктажа и проверки знаний по электробезопасности с присвоением I группы по электробезопасности;
- устной проверки приобретенных работником знаний и навыков безопасных приемов выполнения работы.

1.3 Работник университета обязан:

- выполнять свои должностные обязанности, соблюдать дисциплину труда, своевременно и точно выполнять распоряжения руководства, требования по охране труда и технике безопасности, бережно относиться к имуществу университета;
- соблюдать правила внутреннего трудового распорядка, по выполнению режимов труда и отдыха, установленные в университете;
- в процессе своей трудовой деятельности соблюдать правила личной гигиены;
- соблюдать требования охраны труда;
- следить за исправностью используемой вычислительной техникой и оргтехникой в пределах выполнения своей трудовой функции;
- использовать и правильно применять средства коллективной защиты;
- проходить в установленном порядке обучение по охране труда, в том числе обучение безопасным методам и приемам выполнения работ, обучение по

оказанию первой помощи пострадавшим, инструктаж по охране труда и проверку знания требований охраны труда;

- немедленно извещать своего непосредственного или вышестоящего руководителя о любой известной ему ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о нарушении работниками и другими лицами, участвующими в производственной деятельности университета, о каждом известном ему несчастном случае, происшедшем на производстве, или об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков профессионального заболевания, острого отравления;

- в случаях, предусмотренных трудовым законодательством и иными нормативными правовыми актами, содержащими нормы трудового права, проходить обязательные предварительные (при поступлении на работу) и периодические (в течение трудовой деятельности) медицинские осмотры, другие обязательные медицинские осмотры и обязательные психиатрические освидетельствования, а также внеочередные медицинские осмотры по направлению работодателя, и (или) в соответствии с нормативными правовыми актами, и (или) медицинскими рекомендациями.

1.4 Работник должен знать:

- инструкции по эксплуатации применяемой вычислительной техники и оргтехники;
- пути эвакуации и порядок действий персонала в случае возникновения чрезвычайных ситуаций;
- места расположения первичных средств пожаротушения и уметь их применять в случае необходимости;
- места расположения аптечки первой помощи и методы оказания первой помощи пострадавшим.

1.5 При выполнении работником своих обязанностей возможны воздействия следующих вредных и опасных производственных факторов и наличие профессиональных рисков и опасностей:

- опасность падения из-за потери равновесия, в том числе при спотыкании или поскользывании, при передвижении по скользким поверхностям или мокрым полам;
- опасность пореза частей тела, в том числе кромкой листа бумаги, канцелярским ножом, ножницами;
- опасность воздействия острых кромок, заусениц и неровностей поверхности;
- опасность поражения током вследствие контакта с токоведущими частями, которые находятся под напряжением из-за неисправного состояния (косвенный контакт);
- опасность воздействия повышенных или пониженных температур воздуха;
- опасность недостаточной освещенности рабочей зоны;
- опасность психических нагрузок, стрессов;
- опасность перенапряжения зрительного анализатора;
- опасность воздействия третьих лиц;

- другие неблагоприятные факторы.

1.6 За нарушение требований настоящей инструкции, относящихся к выполняемой работе, работник несёт ответственность в соответствии с действующим законодательством РФ.

2. Требования охраны труда перед началом работы

2.1 Работник перед началом работы должен:

- проветрить помещение;
- устранить повышенную подвижность воздуха (сквозняки);
- отрегулировать освещённость рабочего места;
- осмотреть рабочее место: проверить надёжность установки стола, стула;
- убрать с рабочего места посторонние предметы и предметы, не требующиеся для выполнения текущей работы (коробки, сумки, папки, книги и т.п.).
- при пользовании вычислительной и другой организационной техникой, руководствоваться инструкцией по эксплуатации данного оборудования.

2.2 В случае обнаружения повреждений и неисправностей вычислительной техники, периферийных устройств, средств оргтехники, мебели, приспособлений, электропроводки и других кабелей, электроразветок, электровыключателей, светильников, кондиционеров и другого оборудования не включать оборудование, не приступать к работе, вызвать технический персонал и сообщить об этом своему непосредственному руководителю.

3. Требования охраны труда во время работы

3.1 Выполнять только ту работу, которая предусмотрена должностной инструкцией. Выполнение поручений и работ, не предусмотренных должностной инструкцией, разрешается только после проведения целевого инструктажа с отметкой в журнале регистрации инструктажа на рабочем месте.

3.2 Содержать рабочее место в чистоте, соблюдать режим труда и отдыха.

3.3 Не загромождать рабочее место посторонними предметами, в том числе огнеопасными, не закрывать предусмотренные конструкцией оборудования вентиляционные решётки.

3.4 Не вешать одежду на предметы и оборудование, не предусмотренные для этих целей.

3.5 Во время работы запрещается:

- пользоваться самодельными электронагревательными приборами;
- разводить источники открытого огня, курить в помещениях и на территории университета;
- загромождать эвакуационные пути различными предметами.

3.6 При работе с использованием персонального компьютера, оргтехники соблюдать следующие меры безопасности:

- не подключать к электросети и не отключать от нее приборы мокрыми и влажными руками;
- соблюдать последовательность включения и выключения оргтехники, не нарушать технологические процессы;
- не производить самостоятельное вскрытие и ремонт;
- не оставлять включенные в электросеть приборы без присмотра, особенно при работе принтера, ксерокса.
- соблюдать регламентированные (технологические) перерывы при работе на персональном компьютере:
 - при работе по считыванию информации с экрана ПЭВМ с предварительным запросом и суммарным числом считываемых знаков до 60 000 знаков за смену – 20 мин перерыва через 1,5-2 часа после начала рабочего дня и через 1,5-2 часа после обеденного перерыва; альтернативно – 15 мин через каждый час;
 - при работе по считыванию информации с экрана ПЭВМ с предварительным запросом и суммарным числом считываемых знаков до 40 000 знаков за смену – 15 мин перерыва через 2 часа после начала рабочего дня и через 1,5-2 часа после обеденного перерыва; альтернативно – 10 мин через каждый час;
 - при работе творческого характера в режиме диалога с ПЭВМ и продолжительностью работы до 6 ч за смену – 15 мин перерыва через 2 часа после начала рабочего дня и через 2 часа после обеденного перерыва.

3.6 Соблюдать правила перемещения в помещении и на территории университета, пользоваться только установленными проходами, соблюдать осторожность при передвижении, чтобы не споткнуться и не удариться о возможные препятствия.

Во время перемещения в корпусах:

- ходить по коридорам и лестничным маршам, придерживаясь правой стороны;
- при передвижении по лестничным пролетам следует соблюдать осторожность и внимательность, держаться за перила, не перепрыгивать через ступеньки, не перевешиваться через перила, не держать руки в карманах.

3.7 При выполнении своих трудовых обязанностей, при перемещении из одного здания в другое необходимо:

- при движении пешком соблюдать правила дорожного движения;
- держаться за поручни при движении по лестничным маршам;
- при переходе через проезжую часть дороги пользоваться пешеходными переходами, в том числе подземными;
- переходить проезжую часть дороги только на зелёный сигнал светофора по обозначенному переходу, убедившись в безопасности движения;
- при отсутствии пешеходных переходов, светофоров, стоя на обочине дороги или на тротуаре, оценить расстояние до приближающегося

автотранспорта, условия перехода проезжей части и пересекать проезжую часть дороги по перпендикулярному направлению при отсутствии транспорта и безопасности перехода;

- в зимнее время года при передвижении пешком быть крайне осторожным при гололедице.

В период оттепели во избежание травмирования от обрушения наледи, сосулек, скопившегося снега с кровли зданий, необходимо придерживаться безопасного расстояния от зданий;

- при использовании служебного, личного автотранспорта пристегиваться ремнём безопасности;

- производить посадку и высадку из служебной автомашины с правой стороны, посадка со стороны проезжей части возможна при условии, что это будет безопасно и не создаёт помех другим участникам движения;

- не отвлекать водителя от управления транспортным средством во время движения автомобиля и не открывать двери.

3.8 При посещении сторонней организации необходимо:

- знать схему передвижения на данном участке или объекте;
- в зонах дорожных работ находиться в пределах участка, огражденного бетонными или пластмассовыми блоками, или переносными приспособлениями, оборудованными набором необходимых дорожных знаков;
- находиться вне зоны работы крана или другой строительной техники, не стоять под грузом и стрелой;
- при встрече с движущимся автотранспортом встать в безопасное место и пропустить его.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1 Во всех случаях обнаружения обрыва проводов, неисправности заземления, других повреждений электрооборудования, инженерных коммуникаций, конструктивных элементов зданий, помещений, необходимо сообщить об этом руководителю подразделения.

4.2 Работники, находящиеся вблизи места происшествия несчастного случая на производстве, должны при необходимости вызвать Скорую помощь по телефону 103 (112), по возможности оказать первую помощь пострадавшему (при наличии навыков и знаний), и сообщить об этом руководителю подразделения и в отдел охраны труда. При необходимости руководитель должен организовать доставку пострадавшего в лечебное учреждение, сообщить в отдел охраны труда и сохранить, для расследования, обстановку на рабочем месте и состояние оборудования таким, какими они были в момент происшествия, если это не угрожает здоровью и жизни окружающих работников и не приведёт к аварии.

4.3 При возникновении пожара или признаков горения (задымление, запах гари) работник должен немедленно прекратить работу; выключить

электрооборудование; сообщить об этом руководителю подразделения; вызвать пожарную охрану по тел. 101 (112); по возможности (если нет угрозы жизни и здоровью), используя первичные средства пожаротушения, приступить к тушению пожара в начальной стадии; при общем сигнале опасности (электрическая сирена) покинуть здание.

4.4 Первая помощь пострадавшему - представляет собой простейшие мероприятия, необходимые для сохранения здоровья и спасения жизни человека, перенесшего внезапное заболевание или травму.

Спасение пострадавшего в большинстве случаев зависит от того, насколько быстро и правильно будет оказана первая помощь.

Сущность первой помощи заключается в прекращении воздействия травмирующих факторов, проведении простейших мероприятий по оказанию первой помощи и в обеспечении скорейшей транспортировки пострадавшего в лечебное учреждение.

Помощь, оказанная не специалистом, должна быть только помощью, проведенной до врача, а не вместо врача, и должна включать следующее: временную остановку кровотечения, перевязку раны (ожога), иммобилизацию (неподвижную фиксацию) при тяжелых травмах, оживляющие мероприятия (искусственное дыхание, закрытый массаж сердца), перенос и перевозку пострадавшего.

При оказании первой помощи все манипуляции выполнять в медицинских перчатках.

При наличии угрозы распространения инфекционных заболеваний использовать маску медицинскую.

4.4.1 Искусственное дыхание:

- пострадавшего положить на горизонтальную поверхность;
- очистить рот и глотку пострадавшего от посторонних предметов, если челюсти плотно сжаты необходимо раздвинуть их;
- запрокинуть голову пострадавшего назад, положив одну руку на лоб, а другую на затылок;
- сделать глубокий вдох, нагнувшись к пострадавшему, герметизировать губами область его рта и сделать выдох. Выдох должен длиться около 1 секунды и способствовать подъему грудной клетки пострадавшего. При этом ноздри пострадавшего должны быть закрыты, а рот накрыт марлей или носовым платком из соображений гигиены;
- частота искусственного дыхания – 16-18 раз в минуту;
- периодически освобождать желудок пострадавшего от воздуха, надавливая на подложечную область.

4.4.2 Массаж сердца:

- пострадавшего уложить на спину на ровную и твердую поверхность, расстегнуть ремень и ворот одежды;
- стоя с левой стороны, наложить одну ладонь на нижнюю треть грудины, так, чтобы основной упор приходился на пясть, вторую ладонь положить

крестообразно сверху и произвести сильное дозированное давление по направлению к позвоночнику;

- надавливания производить в виде толчков, не менее 60 и не более 120 в 1 минуту.

При проведении массажа сердца у взрослого необходимо значительное усилие не только рук, но и всего корпуса.

Эффективность непрямого массажа сердца обеспечивается только в сочетании с искусственным дыханием. Их удобнее проводить вдвоем. При этом первый делает одно вдувание воздуха в легкие, затем второй производит надавливания на грудную клетку. Реанимационные мероприятия следует продолжать до прибытия скорой медицинской помощи или других служб, участвующих в ликвидации последствий несчастного случая, и распоряжения их сотрудников о прекращении этих действий, либо до появления явных признаков жизнедеятельности у пострадавшего. Если у пострадавшего восстановилась сердечная деятельность, определился пульс, лицо порозовело, то массаж сердца прекращают, а искусственное дыхание продолжают в том же ритме до восстановления самостоятельного дыхания.

4.4.3 Остановка кровотечения:

Осуществляется путем придания кровотока области приподнятого положения, наложения давящей повязки, максимального сгибания конечности в суставе и сдавливания при этом, проходящих в данной области сосудов, пальцевое прижатие, наложение жгута.

При отсутствии жгута может быть использован любой подручный материал (резиновая трубка, ремень, шнурок, веревка, платок, палка).

Порядок наложения кровоостанавливающего жгута:

1. Жгут накладывают при повреждении крупных артерий конечностей выше раны, чтобы он полностью пережимал артерию.

2. Под жгут подкладывают мягкую ткань (бинт, одежду), делают несколько витков до полной остановки кровотечения. Витки должны ложиться вплотную один к другому, чтобы между ними не попадали складки одежды.

3. Концы жгута надежно фиксируют (завязывают). Правильно затянутый жгут должен привести к остановке кровотечения и исчезновению периферического пульса.

4. К жгуту обязательно прикрепляется записка с указанием времени его наложения.

5. Жгут накладывается не более чем на 1,5 – 2 часа, а в холодное время года – на 1 час.

6. При крайней необходимости более продолжительного пребывания жгута на конечности его ослабляют на 5 – 10 минут (до восстановления кровоснабжения конечности), производя при этом пальцевое прижатие поврежденного сосуда.

4.4.4 При обмороке:

- уложить пострадавшего на спину так, чтобы голова была несколько опущена, а ноги приподняты;

- освободить шею и грудь от стесняющей одежды;
- натереть виски нашатырным спиртом и поднести к носу ватку, смоченную в нем;
- лицо обрызгать холодной водой;
- при затянувшемся обмороке сделать искусственное дыхание;
- после прихода в сознание дать горячее питье.

4.4.5 При термических и химических ожогах:

Первая помощь при ожогах заключается в прекращении действия повреждающего агента (тушение огня, удаление химических веществ, прекращение действия электрического тока на организм), охлаждении обожженной части тела под струей холодной воды в течение 20 минут (при отсутствии воды можно заменить приложением холода поверх повязки или ткани). При термическом ожоге немедленное охлаждение ослабляет боль, снижает отечность, уменьшает площадь и глубину ожогов. При химическом ожоге необходимо смыть вещество с поверхности кожи струей проточной воды. Учитывая то, что часто химическая структура повреждающего вещества неизвестна и нейтрализующие растворы отсутствуют или на их приготовление требуется много времени, ограничиваются промыванием кожи проточной водой в течение 20 минут. При этом химическое вещество полностью смывается с кожи, и нейтрализовать его нет необходимости. Ожоговую поверхность следует закрыть нетугой повязкой, дать пострадавшему теплое питье. Обязательно следует вызвать скорую медицинскую помощь.

При оказании первой помощи запрещается вскрывать ожоговые пузыри, убирать с пораженной поверхности части обгоревшей одежды, наносить на пораженные участки мази, жиры.

4.4.6 При тепловом (солнечном) ударе:

Перегревание (тепловой удар) развивается обычно при нарушениях теплоотдачи организма вследствие длительного нахождения человека в условиях повышенной температуры окружающего воздуха (особенно в сочетании с высокой влажностью), например, в автомобиле или жарком помещении; при работе в защитном снаряжении, затрудняющем теплоотдачу, и т.п. Признаками перегревания являются повышенная температура тела, головная боль, тошнота и рвота, головокружение, слабость, потеря сознания, судороги, учащённое сердцебиение, учащённое поверхностное дыхание. В тяжелых случаях возможна остановка дыхания и кровообращения. При возникновении признаков перегревания, пострадавшего необходимо переместить в прохладное место, при наличии сознания дать выпить охлаждённой воды, расстегнуть или снять одежду. Пострадавшему без сознания следует придать устойчивое боковое положение.

Не следует допускать резкого охлаждения тела пострадавшего. До приезда скорой медицинской помощи нужно контролировать состояние пострадавшего, быть готовым к началу сердечно-легочной реанимации.

4.4.7 При отравлениях:

Токсическое вещество может попасть в организм человека четырьмя путями.

- Через пищеварительный тракт. Отравление через пищеварительный тракт чаще всего происходит при попадании токсических веществ в организм через рот. Это могут быть топливо, лекарственные препараты, моющие средства, пестициды, грибы, растения и т.д.

- Через дыхательные пути. Газообразные токсические вещества попадают в организм при вдохе. К ним относятся газы и пары, например, угарный газ, хлор. Использование различных видов клея, красителей, растворителей, очистителей в определенных условиях также может приводить к отравлениям через дыхательные пути.

- Через кожу и слизистые оболочки. Токсические вещества, проникающие через кожный покров, могут содержаться в некоторых растениях, растворителях и средствах от насекомых.

- В результате инъекции. Инъецируемые токсические вещества попадают в организм при укусе или ужалении насекомыми, животными и змеями, а также при введении яда, лекарства или наркотиков шприцем.

Основные проявления отравлений: общее болезненное состояние или вид пострадавшего; признаки и симптомы внезапного приступа заболевания, тошнота, рвота, понос, боли в груди или животе, затруднение дыхания, потливость, слюнотечение, потеря сознания, мышечные подергивания и судороги, ожоги вокруг губ, на языке или на коже, неестественный цвет кожи, раздражение, ранки на ней, странная манера поведения человека, необычный запах изо рта.

Отравления проще предупредить, чем оказывать первую помощь. Для предупреждения случаев отравлений рекомендуется использовать при работе с ядами средства индивидуальной защиты (респираторы, перчатки, защитную одежду); держать все лекарства, хозяйственные средства, ядовитые растения и прочие опасные вещества вне доступности от детей; относиться ко всем хозяйственным и лекарственным веществам как к потенциально опасным; хранить все продукты и химические вещества в их фабричных упаковках с соответствующим названием; использовать специальные символы для ядовитых веществ; не употреблять в пищу просроченные продукты.

Общие принципы оказания первой помощи при отравлении:

- прекратить поступление яда в организм пострадавшего (например, удалить из загазованной зоны);

- опросить пострадавшего и попытаться выяснить, какой вид отравляющего вещества был принят, в каком количестве и как давно;

- попытаться удалить яд (спровоцировать рвоту, стереть или смыть токсическое вещество с кожи и т.д.);

- оценить состояние пострадавшего и оказать первую помощь в зависимости от его тяжести.

Первая помощь при отравлении через рот - попытаться удалить ядовитое вещество. Для этого можно рекомендовать пострадавшему вызвать рвоту, выпив большое количество воды (5-6 стаканов) и надавив двумя пальцами на корень языка. Следует вызвать рвоту как можно в более короткий срок после приема вещества, способного вызвать отравление. Рвоту нельзя вызывать, если пострадавший находится без сознания. После рвоты необходимо посоветовать пострадавшему выпить еще 5-6 стаканов воды, чтобы уменьшить концентрацию ядовитого вещества в желудке и, при необходимости, вызвать рвоту повторно. До прибытия скорой медицинской помощи необходимо контролировать состояние пострадавшего.

Первая помощь при отравлении через дыхательные пути – убедиться, что место происшествия не представляет опасности, при необходимости следует использовать средства индивидуальной защиты. Надо изолировать пострадавшего от воздействия газа или паров, для этого нужно вынести (вывести) пострадавшего на свежий воздух. При отсутствии сознания необходимо придать пострадавшему устойчивое боковое положение, а при отсутствии дыхания надо приступить к проведению сердечно-легочной реанимации в объеме давления руками на грудину пострадавшего и вдохов искусственного дыхания, при этом следует использовать маску с одноходовым клапаном или устройство для искусственного дыхания.

Первая помощь при отравлении через кожу – снять загрязненную одежду, удалить яд с поверхности кожи промыванием, при наличии повреждений кожи – наложить повязку.

5 Требования охраны труда по окончании работы

5.1 После окончания работы необходимо:

- привести в порядок рабочее место;
- отключить приборы и оборудование, соблюдая последовательность, указанную в инструкции по эксплуатации, за исключением работающего в дежурном режиме;
- соблюдать правила личной гигиены;

5.2 О замеченных во время работы недостатках, влияющих на безопасность труда, доложить руководителю подразделения.

Начальник УБЖ



А.И. Губарев

Заместитель начальника ООТ



Ю.Е. Егоров