



**НИОМЕД**

Автономная некоммерческая организация высшего образования  
«НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ  
ОРГАНИЗАЦИИ МЕДИЦИНСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

**СОГЛАСОВАНО**

Уполномоченный от трудового  
коллектива

**К.М. Коновалов**

« 19» февраля 2025 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Ректор АНО ВО «НИОМЕД»



**В.А.Поляков**

« 19» февраля 2025 г.

**ИНСТРУКЦИЯ  
ПО ОХРАНЕ ТРУДА  
ДЛЯ АДМИНИСТРАТИВНО-УПРАВЛЕНЧЕСКОГО ПЕРСОНАЛА**

**ИОТ № 06 – 2025**

г. Москва  
2025 г.

## 1. Общие требования охраны труда

1.1. При выполнении своих должностных обязанностей работники, категории административно-управленческого персонала (далее – специалисты) обязаны соблюдать требования, изложенные в настоящей Инструкции и руководствоваться данной инструкцией, должностной инструкцией, инструкциями по охране труда и пожарной безопасности, другими локальными документами АНО ВО «НИОМЭД».

1.3. Специалист допускается к самостоятельной работе после прохождения:

- медицинского осмотра (освидетельствования) в случаях, предусмотренных нормативными актами по охране труда, для определения пригодности при выполнении поручаемой работы и предупреждении профессиональных заболеваний;
- вводного инструктажа по охране труда и пожарной безопасности с оформлением в журнале регистрации вводного инструктажа;
- первичного инструктажа на рабочем месте по охране труда и пожарной безопасности, обучения безопасным методам и приемам выполнения работы и проверки знаний требований охраны труда;

1.4. Специалист обязан знать:

- инструкции по эксплуатации применяемого оборудования;
- инструкции по охране труда, действующие в колледже;
- пути эвакуации и порядок действий в случае возникновения чрезвычайной ситуации;
- места нахождения первичных средств пожаротушения (огнетушителей) и уметь их применять;
- места нахождения аптечек первой помощи;
- соблюдать правила личной гигиены;
- немедленно извещать своего непосредственного или вышестоящего руководителя о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, происшедшем на производстве, или об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления).

1.5. Деятельность специалиста может сопровождаться наличием следующих опасных и вредных производственных факторов:

1.5.1. При работе на компьютере:

физические:

- повышенная или пониженная влажность и скоростью движения воздуха в рабочей зоне;
- повышенный или пониженный уровень освещенности;
- повышенный уровень прямой и отраженной блескости;
- наличие напряжения в электрической цепи, замыкание которой может произойти через тело человека;

психофизиологические:

- напряжение зрения и внимания;
- интеллектуальные и эмоциональные нагрузки;
- длительные статические нагрузки;
- монотонность труда;
- мелкие стереотипные движения.

1.5.2. При работе на многофункциональном устройстве при копировании, печати, сканировании документов:

- наличие напряжения в электрической цепи, замыкание которой может произойти через тело человека;
- повышенный/пониженный уровень освещенности рабочей зоны;
- повышенное содержание в воздухе рабочей зоны окиси углерода, озона, аммиака, фенола, формальдегида.

- 1.5.3. При работе на уничтожителе бумаг типа «Шредер»
- наличие напряжения в электрической цепи, замыкание которой может произойти через тело человека;
  - опасность попадания в приемное отделение режущей головки механизма рук, волос, частей одежды (галстука и др.), длинных свисающих украшений.
- 1.5.4. При перемещении по зданию:
- неудовлетворительное состояние пола и (или) ступеней лестничных маршей (скользкие, неровные, влажные);
- 1.5.5. При перемещении по территории колледжа, вне здания или по городу:
- неудовлетворительное состояние дорожного покрытия (выбоины, неровности дороги), гололед, сосульки, движущиеся транспортные средства, а также места ведения строительных, погрузочно-разгрузочных, земляных, электромонтажных работ и т.п.
- 1.6. Организация рабочего места должна соответствовать характеру и специфике выполняемых работ. Рабочие столы, офисная мебель, стулья, кресла, стеллажи, приборы и устройства, инструмент и приспособления должны быть исправны, располагаться так, чтобы обеспечивать удобные и безопасные условия труда согласно требованиям соответствующей нормативно-технической документации.
- 1.7. Специалисту запрещено выполнять свои должностные обязанности в состоянии алкогольного, наркотического или иного токсического опьянения.

## **2. Требование охраны труда перед началом работы**

- 2.1. Осмотреть и привести в порядок рабочее место, убрать посторонние предметы.
- 2.2. Проверить достаточность освещения на рабочем месте. При необходимости дополнительно использовать местное освещение.
- 2.3. Проверить внешним осмотром исправность офисной техники, на которой предстоит работать:
- отсутствие механических повреждений, а также наличие защитных ограждений корпуса оборудования;
  - исправность и целостность изоляции электропроводов, исправность электрических розетки и вилки;
  - наличие и исправность приспособлений и инструмента необходимых для работы.
  - исправность и надежность установки рабочего стола и стула.
- 2.4. убедиться в правильности подключения оборудования к электрической сети.
- 2.5. Ознакомиться с технической документацией, необходимой для выполнения работы.
- 2.6. При обнаружении неисправностей немедленно сообщить непосредственному руководителю.
- 2.7. Приступать к работе только после устранения неисправностей и разрешения непосредственного руководителя.

## **3. Требование охраны труда во время работы**

- 3.1. Соблюдать правила внутреннего трудового распорядка колледжа.
- 3.2. Выполнять только те работы и только в том объеме, который определен заданием (распоряжением) непосредственного руководителя.
- 3.3. Работы с применением компьютеров проводить с соблюдением требований по охране труда, изложенным в «Инструкции по охране труда при выполнении работ на персональных электронных вычислительных машинах (компьютерах)».
- 3.4. Использовать по назначению выданные средства защиты, приспособления, инструмент, приборы контроля

3.5. При появлении какой-либо опасности для себя и окружающих, следует предупредить находящихся рядом людей, принять необходимые меры с соблюдением требований безопасности по устранению выявленных несоответствий и сообщить своему непосредственному, а при его отсутствии – вышестоящему руководителю.

3.6. Запрещается хранить на своем рабочем месте пожаро- и взрывоопасные вещества и материалы.

3.7. При подъеме, перемещении и складировании грузов (тяжестей):

- надежно удерживать и устойчиво ставить/складировать груз, не допуская его опрокидывания или падения;
- ставить/складировать грузы в специально отведенные отведенные места.
- не поднимать и не перемещать вручную грузы (коробки с документами, мебель и т.п.) массой, превышающей допустимую:

А) для женщин: при подъеме и перемещении тяжестей при чередовании с другой работой (до 2-х раз в час) предельно допустимая масса перемещаемого груза – 10 кг, а при подъеме и перемещении тяжестей постоянно в течение рабочей смены – 7 кг.

Б) для мужчин старше 18 лет: предельно допустимая масса перемещаемого груза – 50 кг;

3.8. Следует соблюдать осторожность:

- при подъеме и спуске по лестничным маршам;
- при передвижении по влажным, скользким поверхностям полов.

3.9. Для предотвращения травмирования не следует:

– использовать стулья, столы, подоконники, случайные предметы для выполнения каких-либо действий (работы) на любой высоте от поверхности пола (регулировка жалюзи, снятие предметов со шкафов, полок и т.п.). В случаях, когда необходимо использовать лестницу-стремянку, следует обратиться за помощью к специалистам хозяйственной службы;

– хранить вертикально расположенные папки с документами в неустойчивом положении, вне полок, стеллажей, а также размещать цветы (в вазах, горшках) на высоте более 1,8 метра от поверхности пола;

- раскачиваться на рабочем стуле/кресле;
- носить обувь на высоком и/или неустойчивом каблуке.

3.10. Специалист обязан содержать в чистоте и порядке своё рабочее место, не допускать загромождения проходов, захламленности и загрязнения рабочих помещений.

3.11. При работе на копировально-множительном оборудовании необходимо:

- работать только при закрытой верхней крышке, прижимающей копируемые материалы;

- при попадании тонера на кожу – немедленно смыть его водой с мылом, при попадании в глаза – немедленно промыть глаза большим количеством воды в течение 15 минут и обратиться к врачу;

- при возникновении раздражения глаз, носоглотки или покраснения кожи необходимо прекратить копирование.

3.12. При работе на копировально-множительном оборудовании запрещается:

– освобождать заевшую бумагу при включенном электрическом питании;

– выключать оборудование, не дожидаясь его автоматического отключения;

– производить самостоятельное вскрытие и ремонт копировально-множительного устройства;

– класть и (или) ставить на копировально-множительный аппарат посторонние предметы, подвергать его механическим воздействиям;

– оставлять включенным в электросеть и работающее копировально-множительное устройство без присмотра.

3.13. При эксплуатации уничтожителя бумаг:

- не допускаются свободно выступающие части одежды (длинные рукава, галстуки, шарфы, и т.д.) длинная прическа, свисающие украшения (цепочки, бусы);
- при необходимости очистки «шредера» от отработанной бумаги и выема контейнера, предварительно надо его отключить и вынуть шнур питания из электророзетки;
- при переносе уничтожителя бумаг следует держать его за рукоятку, предусмотренную конструкций «шредера»;
- не допускать проталкивания или «сопровождения» уничтожаемой бумаги в целях исключения попадания пальцев рук в приемное отверстие режущей головки;
- не уничтожать документы со скрепками, зажимами;
- при попадании предметов одежды следует немедленно отключить «шредер» кнопкой «стоп», расположенной на самом уничтожителе;
- не следует самостоятельно разбирать или ремонтировать уничтожитель.

3.14. При перерыве в подаче электроэнергии и уходе с рабочего места на продолжительное время следует выключать офисную оргтехнику, электрические приборы.

3.15. Запрещается:

- пользоваться неисправными, не сертифицированными электроприборами;
- наступать на свисающие или лежащие на полу электропровода;
- самостоятельно ремонтировать оборудование и приборы (если это не предусмотрено должностными обязанностями);
- допускать посторонних лиц на рабочее место
- перемещаться по территории вне здания без производственной необходимости.

3.16. При нахождении на территории вне офисного здания:

- в осенне-весеннее, зимнее время года при гололедице, в распутицу во избежание падения следует быть осторожным при движении по дорогам и тротуарам, особенно не посыпанным песком (специальным реагентом) и (или) припорошенным снегом (данные участки следует переходить «коротким» шагом, выбирая места, свободные от наледи или посыпанные песком (специальным реагентом).

- не подходить близко к стенам зданий, сооружений в местах, где ведутся работы на высоте или имеются предупреждающие надписи, что на кровле имеются снег и (или) наледи/сосульки, во избежание падений предметов или сосулек;

- обходить места ведения строительных, электромонтажных, земляных и других работ с использованием грузоподъемных механизмов;

3.17. При выходе из здания и (или) перемещении по территории обращать внимание на проходящий автотранспорт, не перебегать дорогу перед ним.

3.18. При использовании служебной машины или передвижении в автотранспорте:

- не отвлекать водителя от управления транспортным средством во время движения;
- пристегнуться ремнем безопасности перед началом движения. При передвижении в транспортном средстве, не оборудованном ремнями безопасности, следует держаться руками за поручни и стойки поручней;
- производить посадку/высадку следует со стороны тротуара или обочины;
- не прислоняться к дверям и не стоять на нижней ступени транспортного средства;
- не открывать дверь и не высовываться в окно транспортного средства во время движения;
- не препятствовать закрыванию/открыванию дверей;
- перед выходом из транспортного средства дожидаться его полной остановки и убедиться в отсутствии на земле посторонних предметов или наледи;
- при отсутствии тротуара, передвигаться по проезжей части дороги, слева, навстречу идущему транспорту.
- соблюдать правила дорожного движения и поведения в транспортных средствах;
- соблюдать осторожность при обходе транспортных средств и других препятствий, ограничивающих видимость проезжей части;

- в период неблагоприятных погодных условий (гололед, снегопад, туман) соблюдать особую осторожность.

3.19. О каждом происшедшем несчастном случае, необходимо поставить в известность непосредственного руководителя.

#### **4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях**

4.1. Немедленно прекратить работу в случае появления аварийной ситуации или угрозы жизни и здоровью окружающих.

4.2. При несчастном случае, отравлении и внезапном заболевании, происшедшем с работником, необходимо оказать пострадавшему первую помощь, действуя по Инструкции по охране труда «Оказание первой помощи пострадавшему». Поставить в известность непосредственного, при его отсутствии – вышестоящего руководителя. Вызвать «Скорую помощь» или принять меры к доставке пострадавшего в ближайшее медицинское учреждение.

Сохранить до начала расследования обстановку на месте, где произошел несчастный случай (если это не угрожает жизни и здоровью людей и не приведет к аварии).

4.3. При обнаружении человека, попавшего под электрическое напряжение, немедленно освободить его от действия электрического тока путем отключения электропитания и до прибытия врача оказать потерпевшему первую помощь.

4.4. При возникновении пожара:

- принять меры по тушению источника загорания, посредством первичных средств пожаротушения (огнетушителей) и эвакуации материальных ценностей;

- немедленно сообщить об этом непосредственному руководителю, а при необходимости вызвать пожарную охрану по номеру вызова пожарной охраны с мобильного телефона оператора сотовой связи 112 с указанием точного места пожара (где горит, что горит, кто сообщил) и наличия в здании людей;

- организовать встречу представителей пожарной службы.

#### **5. Требования охраны труда по окончании работы**

5.1. Отключить оргтехнику, бытовые электроприборы, вентиляцию в помещениях (за исключением дежурного освещения, установок пожаротушения, пожарной и охранно-пожарной сигнализации и других электроустановок, которые могут оставаться под напряжением, если это обусловлено их функциональным назначением и (или) предусмотрено требованиями инструкций по эксплуатации).

5.2. Привести в порядок рабочее место:

- убрать документы, инструменты, приспособления, средства индивидуальной защиты в отведенные для них места (при наличии);

- убрать мусор в урны;

- закрыть на шпингалеты и (или) задвижки окна, балконы, форточки и фрамуги.