



**Федерация профсоюзов
Удмуртской Республики**

**ГУ «Центр повышения квалификации руководителей и
специалистов при Государственном комитете УР по труду»**

**Бюллетень
по охране труда и здоровья
№ 4**

**ИЖЕВСК
2009**



**Федерация профсоюзов
Удмуртской Республики**

**ГУ «Центр повышения квалификации руководителей и
специалистов при Государственном комитете УР по труду»**

**Бюллетень
по охране труда и здоровья
№ 4**

\

**ИЖЕВСК
2009**

Бюллетень по охране труда и здоровья. Выпуск № 4
г. Ижевск, Федерация профсоюзов Удмуртской Республики, 2009 г.,
___стр.

Для председателей координационных Советов профсоюзных организаций городов и районов республики, уполномоченных (доверенных) лиц по охране труда, членов комиссий (комитетов) по охране труда, председателей профсоюзных организаций.

Редакционная коллегия:
Орлов Е.Н., Шерстобит С.В.

Материалы подготовили:
Хасанов И.Ф., Петрова Г.М., Родыгин А.А.

Содержание

Стр.

1. Доклад Председателя Федерации профсоюзов Удмуртской Республики на заседании Совета Федерации профсоюзов УР 27.11.2008 г. «О работе и задачах членских организаций Федерации профсоюзов УР по охране и улучшению условий труда, сохранению здоровья работников».....**5**

2. Постановление Правительства РФ от 20.11.2008 г. № 870 «Об установлении сокращенной продолжительности рабочего времени, ежегодного дополнительного оплачиваемого отпуска, повышенной оплаты труда работникам, занятым на тяжелых работах, работах с вредными и (или) опасными и иными особыми условиями труда». ...**16**

3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 3.06.2003 г. № 118 «О введении в действие санитарно-эпидемиологических правил и нормативов САНПИН 2.2.2.2.4.1340-03»..**18**

4. Постановление Правительства РФ от 15.12.2000 г. № 967 «Об утверждении положения о расследовании и учете профессиональных заболеваний».....**61**

5. Приказ Министерства здравоохранения РФ от 28.05.2001 г. № 176 «О совершенствовании системы расследования и учета профессиональных заболеваний в Российской Федерации»..... **72**

Доклад

«О работе и задачах членских организаций Федерации профсоюзов УР по охране и улучшению условий труда, сохранению здоровья работников»

Уважаемые коллеги!

Сегодня заседание Совета мы проводим в знаменательный для республики год – 450-летия вхождения Удмуртии в состав Российского государства, юбилейный для профсоюзов республики – 60 - летие образования Федерации профсоюзов. За прошедшие годы, начиная с нелегких для профсоюзов страны 90-х, нам удалось сохранить профсоюзное движение, выйти навстречу юбилею без больших потерь в профсоюзном членстве, имея достаточные финансовые и кадровые ресурсы, работоспособную структуру. Изменились и направления деятельности профсоюзов: если в советское время мы были по сути «приводным ремнем партии», то в последние 15 лет наша задача – защита социально-экономических прав трудящихся, чтобы каждый работающий человек и его семья имели возможность обеспечить достойную жизнь через достойный труд. На это была ориентирована вся работа профсоюзов республики по повышению заработной платы, сохранению рабочих мест и занятости, созданию здоровых и безопасных условий труда и укреплению здоровья тружеников.

Этой проблеме посвящено и сегодняшнее заседание Совета. Чтобы успешно решать многие аспекты охраны труда и здоровья как в масштабах республики, так и для каждого работника в отдельности, необходим межведомственный подход и активное социальное партнерство.

Понимая реальность сегодняшнего времени, Федерацией профсоюзов налажено конструктивное взаимодействие с органами власти через работу в республиканской трехсторонней комиссии по регулированию социально-трудовых отношений, которая проводится уже 15 лет, участие

представителей Федерации в работе практически всех рабочих групп и комиссий социальной направленности, созданных на региональном уровне исполнительной и законодательной властью республики.

Имея право законодательной инициативы, Федерация профсоюзов, республиканские комитеты профсоюзов активно взаимодействуют с депутатскими фракциями, постоянными комиссиями Государственного Совета УР, участвуют в обсуждении бюджета и вносят предложения по актуальным для трудящихся вопросам. Подписано Соглашение о сотрудничестве в области социальной политики с партией «Единая Россия», полномочным представителем Президента РФ в ПФО – Главным федеральным инспектором по УР, Пенсионным фондом, Прокуратурой республики и другими структурами. Представители Федерации профсоюзов избраны в Общественную палату Удмуртской Республики, Общественную палату г. Ижевска (всего 5 представителей).

Считаем важным вкладом в повышение авторитета профсоюзов ежегодные регулярные встречи профактива с Президентом УР А.А. Волковым, так, 10 сентября т.г. состоялась встреча по вопросам: о введении новых систем оплаты труда в бюджетной сфере, о мерах по поддержке агропромышленного комплекса республики, о финансировании санаторно-курортного лечения работников бюджетной сферы. Очередная встреча Президента УР с представителями профсоюзов планируется в декабре текущего года.

3 декабря 2007 года Президентом УР был подписан Указ «О взаимодействии исполнительных органов государственной власти Удмуртской Республики, органов местного самоуправления, работодателей и профсоюзных организаций в Удмуртской Республике», в котором рекомендовано всем уровням власти оказывать содействие в создании и восстановлении профсоюзных организаций.

Выполняя программный документ 6 съезда ФНПР «За достойный труд», мы активно включились в коллективные действия: в прошлом году

провели ряд акций «За достойную жизнь», в этом – «За достойный труд», последняя акция – 7 октября 2008 года в рамках всемирного дня действий профсоюзов за достойный труд.

В последние недели провели большую совместную работу с Государственным комитетом УР по труду по подготовке и обсуждению проекта Постановления Правительства УР по оплате труда работников государственных бюджетных учреждений УР, разработке рекомендаций по его применению. Большая часть наших предложений была учтена. Внесены серьезные поправки в разрабатываемый Госсоветом УР Закон о бюджете на 2009 год.

Сегодня мы должны обсудить состояние дел на одном из главных направлений деятельности Федерации профсоюзов УР на современном этапе - работе по защите трудовых прав и законных интересов работников в области охраны труда и здоровья.

Следует отметить, что за девять месяцев 2008 года в Удмуртской Республике произошло значительное снижение числа несчастных случаев на производстве со смертельным исходом: с 44 до 26. Основное снижение - в обрабатывающих отраслях, строительстве. В то же время в сельском хозяйстве число смертельных случаев увеличилось с 8 до 9. Сократилось количество тяжелых несчастных случаев на производстве (со 106 до 89). В целом картина травматизма отражает небольшое снижение по сравнению с 2006 годом (в 2007 году произошло 149 тяжелых, 9 групповых, 52 смертельных несчастных случаев).

Вопросы о работе общественного контроля профсоюзов за охраной труда, улучшением условий труда, снижением производственного травматизма и профессиональных заболеваний регулярно рассматриваются на заседаниях Исполкома Совета Федерации профсоюзов УР, пленумах и президиумах отраслевых республиканских комитетов профсоюзов. С 2007 года практикуется проведение ежеквартальных совместных заседаний комиссий по охране труда

Совета Федерации профсоюзов УР и рескома оборонпрофа. В октябре 2008 г. реском оборонпрофа провел расширенное заседание комиссии по проблемам проведения аттестации рабочих мест с участием старших уполномоченных по охране труда, председателей профкомов. Реском работников здравоохранения на президиуме рассмотрел вопрос «О совместной работе городской организации Профсоюза и органов управления здравоохранения г. Глазова по улучшению условий труда и снижению заболеваемости среди медработников». В декабре 2007 г. на пленуме рескома профсоюза работников АПК обсуждена работа Сарапульского райкома по организации профсоюзного контроля за состоянием охраны труда на предприятиях АПК района.

Профсоюзы уже в течение 15 лет принимают участие в работе Удмуртской республиканской трехсторонней комиссии по регулированию социально-трудовых отношений, реализации республиканского трехстороннего соглашения (в части охраны труда, окружающей среды и экологической безопасности).

В 2007 году было принято 467 коллективных договоров, количество действующих коллективных договоров на начало 2008 года составляет 2 384. Во всех принятых коллективных договорах имеется раздел «Охрана труда». Выполнение коллективных договоров и соглашений направлено на сохранение здоровья и жизни работников. Коллективными договорами предусматривается выделение работодателями средств на охрану труда, создание рабочих мест, соответствующих стандартам: так, затраты на мероприятия по охране труда в организациях здравоохранения в 2007 году составили на 1-го работающего - 1400 руб., ОАО «Удмуртгипрозем» - 8 426 рублей, ОАО «Шаркан-трикотаж» - 14 157 рублей. На ФГУП «Воткинский завод» - 1 754 рубля, на ОАО «Сарапульский электрогенераторный завод» - 2,5 тыс. рублей, предприятиях машиностроения - 3 239 рублей.

Федерация профсоюзов пятый год проводит смотр-конкурс на лучшую организацию профсоюзного контроля в области охраны труда, третий год - конкурс «Лучший коллективный договор». При подведении итогов конкурсов обязательно анализируются разделы коллективных договоров по охране труда, опыт работы организаций победителей публикуется в республиканской профсоюзной газете для широкого изучения.

Важная роль в системе управления охраной труда принадлежит аттестации рабочих мест по условиям труда. Федерация профсоюзов в мае 2006 года в рамках Года безопасного труда провела совещание «Актуальные вопросы проведения аттестации рабочих мест по условиям труда на предприятиях и в организациях Удмуртской Республики». Резолюция совещания была направлена Президенту УР А.А. Волкову. Три года при рассмотрении бюджета мы вносили предложения по финансированию проведения аттестации рабочих мест в бюджетной сфере из средств республиканского бюджета, часть предложений принята. Аналогичные предложения также внесены в Закон о бюджете 2009 года. Несмотря на недостаточное финансирование, работа по аттестации рабочих мест в учреждениях образования и здравоохранения продолжается. Полностью проведена аттестация рабочих мест в МУП «ИжГЭТ», МУП «Сарапульский водоканал»; а в организациях лесного и сельского хозяйства, транспорта, строительства эта работа проводится неудовлетворительно. Профсоюз, как наиболее заинтересованная в улучшении условий труда сторона, должен активнее включаться в процесс контроля за качеством проведения аттестации рабочих мест и выполнением плана мероприятий по их улучшению.

По предложению Федерации профсоюзов проблемы в области охраны труда на предприятиях республики выносились на рассмотрение Комиссии Правительства УР по охране труда. Представители Федерации профсоюзов УР в муниципальных образованиях принимали участие в «Дне охраны

труда», ежемесячно проводимом Госкомитетом УР по труду. С начала года подготовлено и издано три бюллетеня по охране труда и здоровья. Вопросы охраны труда и сохранения здоровья регулярно освещались в газете «Профсоюзы Удмуртии». 21 мая 2008 года Федерацией профсоюзов Удмуртской Республики совместно с Удмуртской республиканской организацией оборонпрофа проведено совещание профактива (присутствовало около 400 человек) по вопросу «О состоянии здоровья трудящихся и мерах по его улучшению».

Представители профсоюзных органов всех уровней принимали участие в рассмотрении несчастных случаев на производстве.

Гарантией здоровых и безопасных условий труда на производстве должен стать повседневный контроль за всеми вопросами охраны труда со стороны совместных комиссий и уполномоченных по охране труда профсоюзов. Нам необходимо добиться, чтобы в каждой организации, на каждом производственном участке был избран уполномоченный и регулярно проходил обучение. Например, на ОАО «Ижсталь» 345 уполномоченных, они избираются даже в бригадах, в 2007 году подали более 3000 предложений по улучшению условий труда.

Сегодня в республике работает 560 совместных комиссий и свыше 2700 уполномоченных по охране труда профсоюзов, все они участвуют в совместном управлении охраной труда на первой ступени. В 2008 году за счет средств Фонда социального страхования в республике обучено 800 уполномоченных. Профсоюзным организациям необходимо проанализировать состояние дел в работе уполномоченных по охране труда, при необходимости в ходе предстоящей отчетно-выборной кампании провести выборы уполномоченных и начать с начала года их обучение.

Возвращаясь к вопросу о работе по охране труда, в том числе и нашим профактивом, необходимо отметить, что определенные результаты есть. Год от года в целом уменьшается количество случаев травматизма.

Вместе с тем продолжает оставаться неудовлетворительным состояние условий труда, доля которых в структуре причин заболеваемости составляет от 20 до 40 %. Так, 25% работающих в промышленности до сих пор трудятся в условиях, не отвечающих санитарно-гигиеническим требованиям, половина из них - женщины. Поэтому в 2007-2008 годах Федерация профсоюзов, республиканские комитеты профсоюзов уделили больше внимания сохранению и укреплению здоровья работников. Эти вопросы рассматривали на заседаниях пленумов и президиумов рескомы профсоюзов работников здравоохранения, оборонпрофа, АПК, госучреждений, профкомы всех крупных предприятий.

Федерация профсоюзов принимала активное участие в подготовке и рассмотрении вопросов на заседании Рабочей группы по социальным вопросам при Главном федеральном инспекторе по УР: о контроле за оказанием платных медицинских услуг населению, оздоровлении льготных категорий граждан в санаторно-курортных учреждениях; питании детей в дошкольных учреждениях; об организации летнего отдыха и оздоровления детей.

В условиях дефицита финансирования отрасли здравоохранения платные медицинские услуги - реалия сегодняшнего времени, поэтому вопрос доступности и качества медицинских услуг приобретает все большую социальную значимость. Так, объем платных услуг на одного жителя республики в 2003 году составлял 216,4 рублей, в 2007 году – 843,5 рублей, всего оказано услуг на 338,5 тысяч рублей и 1 млн. 295 тысяч рублей соответственно. Мы вносили предложения по вопросу контроля за платными услугами в Общественную палату УР, Главному федеральному инспектору по УР, обращались в республиканскую прокуратуру с просьбой о проверке законности ценообразования и предоставления медицинских услуг на платной основе, в Государственный Совет УР. О жестком контроле за предоставлением платных медицинских услуг, особенно услуг с использованием оборудования, поступившего за счет бюджетных средств по

национальному проекту, говорил и Президент РФ Д.А. Медведев во время проведения Госсовета РФ в нашей республике. Считаем, что необходимо принять социально приемлемый закон Удмуртской Республики о предоставлении населению платных медицинских услуг.

Усугубила проблему здоровья работающих реформа отрасли здравоохранения, свертывание профилактической работы на предприятиях, которая осуществлялась в системе: медсанчасти, здравпункты, учреждения диетического питания, санатории-профилактории, спортивно-оздоровительные комплексы. Сегодня организация профилактической деятельности требует современных межведомственных подходов. Пример: участие в городском конкурсе «Здоровье на рабочем месте» в рамках муниципальной программы по укреплению здоровья ижевчан. Победителями конкурса стали ОАО «ИЭМЗ «Купол», МУП «ИжГЭТ», школа № 28 Октябрьского района г. Ижевска). В 2009 году совместная с Администрацией г. Ижевска работа по проекту «Здоровье на рабочем месте», а также по проекту «Здоровое питание» будет продолжена,

Учитывая отсутствие финансирования санаторно-курортного лечения работающих граждан за счет средств социального страхования, Федерация профсоюзов в декабре 2007 года приняла решение о выделении членам профсоюзов санаторно-курортных путевок со скидкой 10 % от стоимости путевки в ООО «Санаторий Варзи-Ятчи». За прошедший год профорганизациями получено 64 путевки. На первый квартал 2009 года запланировано выделить 45 путевок. Наша общая задача - снизить стоимость путевок для работников - членов профсоюзов путем солидарной поддержки инициативы Федерации: по 5 - 10% от стоимости путевки могут выделить отраслевой реском, ЦК профсоюза и первичка из профсоюзных средств, а профком в рамках социального диалога, опираясь на экономические расчеты выгоды оздоровления, может и обязан убедить работодателя помочь частично профинансировать санаторно-курортное лечение работников. Наглядный пример этому - работа профкома Сарапульского

электрогенераторного завода: профком добился 30% снижения стоимости путевки с участием ЦК профсоюза и работодателя.

Реском профсоюза работников АПК в 2008 году также выделяет работникам отрасли - членам профсоюза путевки с 10 % скидкой в ООО «Санаторий «Ува». В коллективных договорах предприятий закреплено обязательство работодателя приобретать для работников путевки в санатории – профилактории: на ФГУП «Ижевский механический завод» выделяется 500, на ФГУП «Воткинский завод» - 250 путевок в год. Профсоюзным организациям необходимо добиваться обязательного включения в колдоговоры финансирования оздоровления работников за счет всех возможных средств.

В последние 3 года Федерация профсоюзов вносила предложение в Госсовет УР о финансировании санаторно-курортного лечения работников бюджетных отраслей из средств республиканского бюджета, был подготовлен проект постановления Правительства УР с учетом такого опыта в ряде субъектов ПФО и РФ. Это предложение внесено нами для рассмотрения бюджета 2009 года. По итогам рабочей встречи профактива с Президентом УР (10 сентября 2008 года) Президент УР А.А. Волков дал поручение Госкомитету УР по труду совместно с Госсоветом УР внести предложения по разработке законопроекта о санаторно-курортном лечении работников бюджетной сферы и агропромышленного комплекса для рассмотрения Государственной Думой РФ. Сейчас идет подготовка этого документа.

Одним из важных направлений профилактики заболеваемости является организация и проведение медицинских осмотров работников, подвергающихся воздействию неблагоприятных факторов производственной среды. Федерация профсоюзов УР, республиканские комитеты, первичные профсоюзные организации в рамках социального партнерства активно помогали стороне работодателей в организации и проведении углубленных медицинских осмотров работников, занятых на работах с вредными и

опасными производственными факторами, медицинских осмотров работников бюджетной сферы, а в текущем году – в проведении дополнительной диспансеризации работающих граждан. Недостатки в организации медосмотров: нарушение сроков проведения, определенных договорами, неравномерная загруженность медицинских учреждений, отчего страдает качество проведения медосмотров, нарушается ритм работы как ЛПУ, так и предприятий, низкий охват работников углубленными медосмотрами в сельской местности: 50 – 60 процентов. Надо отметить, что реском профсоюза работников АПК, учитывая ситуацию, в текущем году активно занимался этим вопросом: проинформирован и оказывалась практическая помощь профактиву, в первом полугодии проведены углубленные медосмотры 1420 работников АПК, занятых на работах с вредными и опасными производственными факторами, из 2 039 нуждающихся. Профкомы крупных предприятий (ОАО «ИЭМЗ «Купол», ФГУП «Воткинский завод», ФГУП «Ижевский механический завод», ОАО «Ижсталь») также приняли активное участие в организации медосмотров. К сожалению, сократился охват обследуемых в организациях строительства и промстройматериалов, лесных отраслей, жилищно – коммунального хозяйства, мелкого и среднего бизнеса.

Уважаемые коллеги!

Несмотря на определенную работу, проводимую Федерацией профсоюзов, республиканскими комитетами, членскими профсоюзными организациями, есть еще много нерешенных проблем.

Так, во многих организациях:

- нет специалистов по охране труда, не отвечает реальным потребностям финансирование мероприятий по охране труда, недостаточное обеспечение работников средствами индивидуальной защиты;
- в ряде отраслей отсутствуют или недостаточно финансовых средств для приобретения санаторно-курортных путевок, а учитывая, что средняя заработная плата в республике на 1 сентября составила 12, 5 тысяч

рублей, работающему человеку практически невозможно приобрести путевку за полную стоимость (от 20 до 30 тысяч рублей);

- не решен вопрос о финансировании санаторно-курортного лечения работников бюджетной сферы и агропромышленного комплекса из средств республиканского бюджета;

- остается много проблем в обеспечении работающих граждан медицинскими услугами: страдает качество, доступность, в том числе при предоставлении платных услуг, высокие цены на услуги;

- не полный охват медицинскими осмотрами категорий работников, нуждающихся в их проведении, не всегда они проводятся своевременно и качественно.

В заключение еще раз хочу подчеркнуть, что в предупреждении производственного травматизма и сохранении здоровья работников нет второстепенных вопросов. Ослабление усилий хотя бы на одном направлении подрывает всю систему управления охраной труда. В сфере охраны труда, создания здоровых и безопасных условий труда интересы работодателей и профсоюзов должны быть едины. Уверен, что благодаря нашим совместным усилиям будет сделан положительный шаг в деле реализации прав каждого работника на безопасный труд. Наша задача – сохранить главные ценности: здоровье и жизнь работников.

ПРАВИТЕЛЬСТВО РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**ПОСТАНОВЛЕНИЕ
от 20 ноября 2008 г. N 870****ОБ УСТАНОВЛЕНИИ СОКРАЩЕННОЙ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТИ
РАБОЧЕГО ВРЕМЕНИ, ЕЖЕГОДНОГО ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОПЛАЧИВАЕМОГО ОТПУСКА, ПОВЫШЕННОЙ ОПЛАТЫ ТРУДА
РАБОТНИКАМ,
ЗАНЯТЫМ НА ТЯЖЕЛЫХ РАБОТАХ, РАБОТАХ С ВРЕДНЫМИ
И (ИЛИ) ОПАСНЫМИ И ИНЫМИ ОСОБЫМИ УСЛОВИЯМИ ТРУДА**

В соответствии с Трудовым кодексом Российской Федерации Правительство Российской Федерации постановляет:

1. Установить работникам, занятым на тяжелых работах, работах с вредными и (или) опасными и иными особыми условиями труда, по результатам аттестации рабочих мест следующие компенсации:

сокращенная продолжительность рабочего времени - не более 36 часов в неделю в соответствии со статьей 92 Трудового кодекса Российской Федерации;

ежегодный дополнительный оплачиваемый отпуск - не менее 7 календарных дней;

повышение оплаты труда - не менее 4 процентов тарифной ставки (оклада), установленной для различных видов работ с нормальными условиями труда.

2. Министерству здравоохранения и социального развития Российской Федерации в 6-месячный срок после вступления в силу настоящего Постановления установить в зависимости от класса условий труда и с учетом мнения Российской трехсторонней комиссии по регулированию социально-трудовых отношений работникам, занятым на тяжелых работах, работах с вредными и (или) опасными и иными особыми условиями труда, сокращенную продолжительность рабочего времени, минимальную продолжительность ежегодного дополнительного оплачиваемого отпуска, минимальный размер повышения оплаты труда, а также условия предоставления указанных компенсаций.

3. Дополнить Положение о Министерстве здравоохранения и социального развития Российской Федерации, утвержденное Постановлением Правительства Российской Федерации от 30 июня

2004 г. N 321 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2004, N 28, ст. 2898; 2005, N 2, ст. 162; 2006, N 19, ст. 2080; 2008, N 11, ст. 1036; N 15, ст. 1555; N 23, ст. 2713), подпунктом 5.2.79.1 следующего содержания:

"5.2.79.1. размеры компенсаций в зависимости от класса условий труда (сокращенная продолжительность рабочего времени, минимальная продолжительность ежегодного дополнительного оплачиваемого отпуска, минимальный размер повышения оплаты труда) работникам, занятым на тяжелых работах, работах с вредными и (или) опасными и иными особыми условиями труда, а также условия их предоставления;"

Председатель Правительства
Российской Федерации
В.ПУТИН

**МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**

**ГЛАВНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ САНИТАРНЫЙ ВРАЧ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ПОСТАНОВЛЕНИЕ
от 3 июня 2003 г. N 118**

**О ВВЕДЕНИИ В ДЕЙСТВИЕ
САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИХ ПРАВИЛ И
НОРМАТИВОВ
САНПИН 2.2.2/2.4.1340-03**

(в ред. Изменения N 1, утв. Постановлением Главного
государственного санитарного врача РФ от 25.04.2007 N 22)

На основании Федерального закона "О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения" от 30 марта 1999 г. N 52-ФЗ (Собрание законодательства Российской Федерации, 1999, N 14, ст. 1650) и Положения о государственном санитарно-эпидемиологическом нормировании, утвержденного Постановлением Правительства Российской Федерации от 24 июля 2000 г. N 554 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2000, N 31, ст. 3295), постановляю:

Ввести в действие с 30 июня 2003 года санитарно-эпидемиологические правила и нормативы "Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы. СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03", утвержденные Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 30 мая 2003 года.

Г.Г.ОНИЩЕНКО

Утверждаю
Главный государственный
санитарный врач
Российской Федерации,
Первый заместитель
Министра здравоохранения
Российской Федерации
Г.Г.ОНИЩЕНКО
30.05.2003

Дата введения: 30 июня 2003 г.

2.2.2. ГИГИЕНА ТРУДА, ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОЦЕССЫ, СЫРЬЕ, МАТЕРИАЛЫ, ОБОРУДОВАНИЕ, РАБОЧИЙ ИНСТРУМЕНТ

2.4. ГИГИЕНА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ПЕРСОНАЛЬНЫМ ЭЛЕКТРОННО-ВЫЧИСЛИТЕЛЬНЫМ МАШИНАМ И ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ

Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03

(в ред. Изменения N 1, утв. Постановлением Главного
государственного санитарного врача РФ от 25.04.2007 N 22)

I. Общие положения и область применения

1.1. Настоящие государственные санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (далее - Санитарные правила) разработаны в соответствии с Федеральным законом "О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения от 30 марта 1999 года N 52-ФЗ (Собрание законодательства Российской Федерации, 1999, N 14, ст. 1650) и Положением о государственном санитарно-эпидемиологическом нормировании, утвержденным Постановлением Правительства Российской Федерации от 24 июля 2000 года N 554 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2000, N 31, ст. 3295).

1.2. Санитарные правила действуют на всей территории Российской Федерации и устанавливают санитарно-эпидемиологические требования к персональным электронно-вычислительным машинам (ПЭВМ) и условиям труда.

1.3. Требования Санитарных правил направлены на предотвращение неблагоприятного влияния на здоровье человека вредных факторов производственной среды и трудового процесса при работе с ПЭВМ.

1.4. Настоящие Санитарные правила определяют санитарно-эпидемиологические требования к:

- проектированию, изготовлению и эксплуатации отечественных ПЭВМ, используемых на производстве, в обучении, в быту, в игровых автоматах на базе ПЭВМ;

- эксплуатации импортных ПЭВМ, используемых на производстве, в обучении, в быту и в игровых комплексах (автоматах) на базе ПЭВМ;

- проектированию, строительству и реконструкции помещений, предназначенных для эксплуатации всех типов ПЭВМ, производственного оборудования и игровых комплексов (автоматов) на базе ПЭВМ;

- организации рабочих мест с ПЭВМ, производственным оборудованием и игровыми комплексами (автоматами) на базе ПЭВМ.

1.5. Требования Санитарных правил распространяются:

- на условия и организацию работы с ПЭВМ;

- на вычислительные электронные цифровые машины персональные, портативные; периферийные устройства вычислительных комплексов (принтеры, сканеры, клавиатура, модемы внешние, электрические компьютерные сетевые устройства, устройства хранения информации, блоки бесперебойного питания и пр.), устройства отображения информации (видеодисплейные терминалы (ВДТ) всех типов) и игровые комплексы на базе ПЭВМ.

1.6. Требования Санитарных правил не распространяются на проектирование, изготовление и эксплуатацию:

- бытовых телевизоров и телевизионных игровых приставок;

- средств визуального отображения информации микроконтроллеров, встроенных в технологическое оборудование;

- ПЭВМ транспортных средств;

- ПЭВМ, перемещающихся в процессе работы.

1.7. Ответственность за выполнение настоящих Санитарных правил возлагается на юридических лиц и индивидуальных предпринимателей, осуществляющих:

- разработку, производство и эксплуатацию ПЭВМ, производственное оборудование и игровые комплексы на базе ПЭВМ;

- проектирование, строительство и реконструкцию помещений, предназначенных для эксплуатации ПЭВМ в промышленных, административных общественных зданиях, а также в образовательных и культурно-развлекательных учреждениях.

1.8. Индивидуальными предпринимателями и юридическими лицами в процессе производства и эксплуатации ПЭВМ должен осуществляться производственный контроль за соблюдением настоящих Санитарных правил.

1.9. Рабочие места с использованием ПЭВМ должны соответствовать требованиям настоящих Санитарных правил.

II. Требования к ПЭВМ

2.1. ПЭВМ должны соответствовать требованиям настоящих Санитарных правил и каждый их тип подлежит санитарно-эпидемиологической экспертизе с оценкой в испытательных лабораториях, аккредитованных в установленном порядке.

2.2. Перечень продукции и контролируемых гигиенических параметров вредных и опасных факторов представлен в приложении 1 (таблица 1).

2.3. Допустимые уровни звукового давления и уровней звука, создаваемого ПЭВМ, не должны превышать значений, представленных в приложении 1 (таблица 2).

2.4. Временные допустимые уровни электромагнитных полей (ЭМП), создаваемых ПЭВМ, не должны превышать значений, представленных в приложении 1 (таблица 3).

2.5. Допустимые визуальные параметры устройств отображения информации представлены в приложении 1 (таблица 4).

2.6. Концентрации вредных веществ, выделяемых ПЭВМ в воздух помещений, не должны превышать предельно допустимых концентраций (ПДК), установленных для атмосферного воздуха.

2.7. Мощность экспозиционной дозы мягкого рентгеновского излучения в любой точке на расстоянии 0,05 м от экрана и корпуса ВДТ (на электронно-лучевой трубке) при любых положениях регулировочных устройств не должна превышать 1 мкЗв/час (100 мкР/час).

2.8. Конструкция ПЭВМ должна обеспечивать возможность поворота корпуса в горизонтальной и вертикальной плоскости с фиксацией в заданном положении для обеспечения фронтального наблюдения экрана ВДТ. Дизайн ПЭВМ должен предусматривать окраску корпуса в спокойные мягкие тона с диффузным рассеиванием света. Корпус ПЭВМ, клавиатура и другие блоки и устройства ПЭВМ должны иметь матовую поверхность с коэффициентом отражения 0,4 - 0,6 и не иметь блестящих деталей, способных создавать блики.

2.9. Конструкция ВДТ должна предусматривать регулирование яркости и контрастности.

2.10. Документация на проектирование, изготовление и эксплуатацию ПЭВМ не должна противоречить требованиям настоящих санитарных правил.

III. Требования к помещениям для работы с ПЭВМ

3.1. Эксплуатация ПЭВМ в помещениях без естественного освещения допускается только при наличии расчетов, обосновывающих соответствие

нормам естественного освещения и безопасность их деятельности для здоровья работающих.

(п. 3.1 в ред. Изменения N 1, утвержденного Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 25.04.2007 N 22)

3.2. Естественное и искусственное освещение должно соответствовать требованиям действующей нормативной документации. Окна в помещениях, где эксплуатируется вычислительная техника, преимущественно должны быть ориентированы на север и северо-восток.

Оконные проемы должны быть оборудованы регулируемыми устройствами типа: жалюзи, занавесей, внешних козырьков и др.

3.3. Не допускается размещение мест пользователей ПЭВМ во всех образовательных и культурно-развлекательных учреждениях для детей и подростков в цокольных и подвальных помещениях.

3.4. Площадь на одно рабочее место пользователей ПЭВМ с ВДТ на базе электронно-лучевой трубки (ЭЛТ) должна составлять не менее 6 м², в помещениях культурно-развлекательных учреждений и с ВДТ на базе плоских дискретных экранов (жидкокристаллические, плазменные) - 4,5 м².

При использовании ПЭВМ с ВДТ на базе ЭЛТ (без вспомогательных устройств - принтер, сканер и др.), отвечающих требованиям международных стандартов безопасности компьютеров, с продолжительностью работы менее 4-х часов в день допускается минимальная площадь 4,5 м² на одно рабочее место пользователя (взрослого и учащегося высшего профессионального образования).

3.5. Для внутренней отделки интерьера помещений, где расположены ПЭВМ, должны использоваться диффузно отражающие материалы с коэффициентом отражения для потолка - 0,7 - 0,8; для стен - 0,5 - 0,6; для пола - 0,3 - 0,5.

3.6. Полимерные материалы используются для внутренней отделки интерьера помещений с ПЭВМ при наличии санитарно-эпидемиологического заключения.

3.7. Помещения, где размещаются рабочие места с ПЭВМ, должны быть оборудованы защитным заземлением (занулением) в соответствии с техническими требованиями по эксплуатации.

3.8. Не следует размещать рабочие места с ПЭВМ вблизи силовых кабелей и вводов, высоковольтных трансформаторов, технологического оборудования, создающего помехи в работе ПЭВМ.

IV. Требования к микроклимату, содержанию аэроионов и вредных химических веществ в воздухе на рабочих местах, оборудованных ПЭВМ

4.1. В производственных помещениях, в которых работа с использованием ПЭВМ является вспомогательной, температура, относительная влажность и скорость движения воздуха на рабочих местах

должны соответствовать действующим санитарным нормам микроклимата производственных помещений.

4.2. В производственных помещениях, в которых работа с использованием ПЭВМ является основной (диспетчерские, операторские, расчетные, кабины и посты управления, залы вычислительной техники и др.) и связана с нервно-эмоциональным напряжением, должны обеспечиваться оптимальные параметры микроклимата для категории работ 1а и 1б в соответствии с действующими санитарно-эпидемиологическими нормативами микроклимата производственных помещений. На других рабочих местах следует поддерживать параметры микроклимата на допустимом уровне, соответствующем требованиям указанных выше нормативов.

4.3. В помещениях всех типов образовательных и культурно-развлекательных учреждений для детей и подростков, где расположены ПЭВМ, должны обеспечиваться оптимальные параметры микроклимата (приложение 2).

4.4. В помещениях, оборудованных ПЭВМ, проводится ежедневная влажная уборка и систематическое проветривание после каждого часа работы на ПЭВМ.

4.5. Уровни положительных и отрицательных аэроионов в воздухе помещений, где расположены ПЭВМ, должны соответствовать действующим санитарно-эпидемиологическим нормативам.

4.6. Содержание вредных химических веществ в воздухе производственных помещений, в которых работа с использованием ПЭВМ является вспомогательной, не должно превышать предельно допустимых концентраций вредных веществ в воздухе рабочей зоны в соответствии с действующими гигиеническими нормативами.

4.7. Содержание вредных химических веществ в производственных помещениях, в которых работа с использованием ПЭВМ является основной (диспетчерские, операторские, расчетные, кабины и посты управления, залы вычислительной техники и др.), не должно превышать предельно допустимых концентраций загрязняющих веществ в атмосферном воздухе населенных мест в соответствии с действующими гигиеническими нормативами.

4.8. Содержание вредных химических веществ в воздухе помещений, предназначенных для использования ПЭВМ во всех типах образовательных учреждений, не должно превышать предельно допустимых среднесуточных концентраций для атмосферного воздуха в соответствии с действующими санитарно-эпидемиологическими нормативами.

V. Требования к уровням шума и вибрации на рабочих местах, оборудованных ПЭВМ

5.1. В производственных помещениях при выполнении основных или вспомогательных работ с использованием ПЭВМ уровни шума на рабочих

местах не должны превышать предельно допустимых значений, установленных для данных видов работ в соответствии с действующими санитарно-эпидемиологическими нормативами.

5.2. В помещениях всех образовательных и культурно-развлекательных учреждений для детей и подростков, где расположены ПЭВМ, уровни шума не должны превышать допустимых значений, установленных для жилых и общественных зданий.

5.3. При выполнении работ с использованием ПЭВМ в производственных помещениях уровень вибрации не должен превышать допустимых значений вибрации для рабочих мест (категория 3, тип "в") в соответствии с действующими санитарно-эпидемиологическими нормативами.

В помещениях всех типов образовательных и культурно-развлекательных учреждений, в которых эксплуатируются ПЭВМ, уровень вибрации не должен превышать допустимых значений для жилых и общественных зданий в соответствии с действующими санитарно-эпидемиологическими нормативами.

5.4. Шумящее оборудование (печатающие устройства, серверы и т.п.), уровни шума которого превышают нормативные, должно размещаться вне помещений с ПЭВМ.

VI. Требования к освещению на рабочих местах, оборудованных ПЭВМ

6.1. Рабочие столы следует размещать таким образом, чтобы видеодисплейные терминалы были ориентированы боковой стороной к световым проемам, чтобы естественный свет падал преимущественно слева.

6.2. Искусственное освещение в помещениях для эксплуатации ПЭВМ должно осуществляться системой общего равномерного освещения. В производственных и административно-общественных помещениях, в случаях преимущественной работы с документами, следует применять системы комбинированного освещения (к общему освещению дополнительно устанавливаются светильники местного освещения, предназначенные для освещения зоны расположения документов).

6.3. Освещенность на поверхности стола в зоне размещения рабочего документа должна быть 300 - 500 лк. Освещение не должно создавать бликов на поверхности экрана. Освещенность поверхности экрана не должна быть более 300 лк.

6.4. Следует ограничивать прямую блескость от источников освещения, при этом яркость светящихся поверхностей (окна, светильники и др.), находящихся в поле зрения, должна быть не более 200 кд/м².

6.5. Следует ограничивать отраженную блескость на рабочих поверхностях (экран, стол, клавиатура и др.) за счет правильного выбора типов светильников и расположения рабочих мест по отношению к

источникам естественного и искусственного освещения, при этом яркость бликов на экране ПЭВМ не должна превышать 40 кд/м² и яркость потолка не должна превышать 200 кд/м².

6.6. Показатель ослепленности для источников общего искусственного освещения в производственных помещениях должен быть не более 20. Показатель дискомфорта в административно-общественных помещениях - не более 40, в дошкольных и учебных помещениях - не более 15.

6.7. Яркость светильников общего освещения в зоне углов излучения от 50 до 90 градусов с вертикалью в продольной и поперечной плоскостях должна составлять не более 200 кд/м², защитный угол светильников должен быть не менее 40 градусов.

6.8. Светильники местного освещения должны иметь не просвечивающий отражатель с защитным углом не менее 40 градусов.

6.9. Следует ограничивать неравномерность распределения яркости в поле зрения пользователя ПЭВМ, при этом соотношение яркости между рабочими поверхностями не должно превышать 3:1 - 5:1, а между рабочими поверхностями и поверхностями стен и оборудования - 10:1.

6.10. В качестве источников света при искусственном освещении следует применять преимущественно люминесцентные лампы типа ЛБ и компактные люминесцентные лампы (КЛЛ). При устройстве отраженного освещения в производственных и административно-общественных помещениях допускается применение металлогалогенных ламп. В светильниках местного освещения допускается применение ламп накаливания, в том числе галогенных.

6.11. Для освещения помещений с ПЭВМ следует применять светильники с зеркальными параболическими решетками, укомплектованными электронными пускорегулирующими аппаратами (ЭПРА). Допускается использование многоламповых светильников с электромагнитными пускорегулирующими аппаратами (ЭПРА), состоящими из равного числа опережающих и отстающих ветвей.

Применение светильников без рассеивателей и экранирующих решеток не допускается.

При отсутствии светильников с ЭПРА лампы многоламповых светильников или рядом расположенные светильники общего освещения следует включать на разные фазы трехфазной сети.

6.12. Общее освещение при использовании люминесцентных светильников следует выполнять в виде сплошных или прерывистых линий светильников, расположенных сбоку от рабочих мест, параллельно линии зрения пользователя при рядом расположении видеодисплейных терминалов. При периметральном расположении компьютеров линии светильников должны располагаться локализовано над рабочим столом ближе к его переднему краю, обращенному к оператору.

6.13. Коэффициент запаса (Кз) для осветительных установок общего освещения должен приниматься равным 1,4.

6.14. Коэффициент пульсации не должен превышать 5%.

6.15. Для обеспечения нормируемых значений освещенности в помещениях для использования ПЭВМ следует проводить чистку стекол оконных рам и светильников не реже двух раз в год и проводить своевременную замену перегоревших ламп.

VII. Требования к уровням электромагнитных полей на рабочих местах, оборудованных ПЭВМ

7.1. Временные допустимые уровни ЭМП, создаваемых ПЭВМ на рабочих местах пользователей, а также в помещениях образовательных, дошкольных и культурно-развлекательных учреждений, представлены в приложении 2 (таблица 1).

7.2. Методика проведения инструментального контроля уровней ЭМП на рабочих местах пользователей ПЭВМ представлена в приложении 3.

VIII. Требования к визуальным параметрам ВДТ, контролируемым на рабочих местах

8.1. Предельно допустимые значения визуальных параметров ВДТ, контролируемые на рабочих местах, представлены в приложении 2 (таблица 3).

IX. Общие требования к организации рабочих мест пользователей ПЭВМ

9.1. При размещении рабочих мест с ПЭВМ расстояние между рабочими столами с видеомониторами (в направлении тыла поверхности одного видеомонитора и экрана другого видеомонитора) должно быть не менее 2,0 м, а расстояние между боковыми поверхностями видеомониторов - не менее 1,2 м.

9.2. Рабочие места с ПЭВМ в помещениях с источниками вредных производственных факторов должны размещаться в изолированных кабинах с организованным воздухообменом.

9.3. Рабочие места с ПЭВМ при выполнении творческой работы, требующей значительного умственного напряжения или высокой концентрации внимания, рекомендуется изолировать друг от друга перегородками высотой 1,5 - 2,0 м.

9.4. Экран видеомонитора должен находиться от глаз пользователя на расстоянии 600 - 700 мм, но не ближе 500 мм с учетом размеров алфавитно-цифровых знаков и символов.

9.5. Конструкция рабочего стола должна обеспечивать оптимальное размещение на рабочей поверхности используемого оборудования с учетом его количества и конструктивных особенностей, характера выполняемой

работы. При этом допускается использование рабочих столов различных конструкций, отвечающих современным требованиям эргономики. Поверхность рабочего стола должна иметь коэффициент отражения 0,5 - 0,7.

9.6. Конструкция рабочего стула (кресла) должна обеспечивать поддержание рациональной рабочей позы при работе на ПЭВМ, позволять изменять позу с целью снижения статического напряжения мышц шейно-плечевой области и спины для предупреждения развития утомления. Тип рабочего стула (кресла) следует выбирать с учетом роста пользователя, характера и продолжительности работы с ПЭВМ.

Рабочий стул (кресло) должен быть подъемно-поворотным, 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 надежную фиксацию.

9.7. Поверхность сиденья, спинки и других элементов стула (кресла) должна быть полумягкой, с нескользящим, слабо электризующимся и воздухопроницаемым покрытием, обеспечивающим легкую очистку от загрязнений.

Х. Требования к организации и оборудованию рабочих мест с ПЭВМ для взрослых пользователей

10.1. Высота рабочей поверхности стола для взрослых пользователей должна регулироваться в пределах 680 - 800 мм; при отсутствии такой возможности высота рабочей поверхности стола должна составлять 725 мм.

10.2. Модульными размерами рабочей поверхности стола для ПЭВМ, на основании которых должны рассчитываться конструктивные размеры, следует считать: ширину 800, 1000, 1200 и 1400 мм, глубину 800 и 1000 мм при нерегулируемой его высоте, равной 725 мм.

10.3. 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.

10.4. Конструкция рабочего стула должна обеспечивать:

- ширину и глубину поверхности сиденья не менее 400 мм;
- поверхность сиденья с закругленным передним краем;
- регулировку высоты поверхности сиденья в пределах 400 - 550 мм и углам наклона вперед до 15 град. и назад до 5 град.;
- 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 +/- 30 градусов;
- регулировку расстояния спинки от переднего края сиденья в пределах 260 - 400 мм;

- стационарные или съемные 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.

10.5. Рабочее место пользователя ПЭВМ следует оборудовать подставкой для ног, имеющей ширину не менее 300 мм, глубину не менее 400 мм, регулировку по высоте в пределах до 150 мм и по углу наклона опорной поверхности подставки до 20 град. Поверхность подставки должна быть рифленой и иметь по переднему краю бортик высотой 10 мм.

10.6. Клавиатуру следует располагать на поверхности стола на расстоянии 100 - 300 мм от края, обращенного к пользователю, или на специальной, регулируемой по высоте рабочей поверхности, отделенной от основной столешницы.

XI. Требования к организации и оборудованию рабочих мест с ПЭВМ для обучающихся в общеобразовательных учреждениях и учреждениях начального и высшего профессионального образования

11.1. Помещения для занятий оборудуются одноместными столами, предназначенными для работы с ПЭВМ.

11.2. Конструкция одноместного стола для работы с ПЭВМ должна предусматривать:

- две отдельные поверхности: одна горизонтальная для размещения ПЭВМ с плавной регулировкой по высоте в пределах 520 - 760 мм и вторая - для клавиатуры с плавной регулировкой по высоте и углу наклона от 0 до 15 градусов с надежной фиксацией в оптимальном рабочем положении (12 - 15 градусов);

- ширину поверхностей для ВДТ и клавиатуры не менее 750 мм (ширина обеих поверхностей должна быть одинаковой) и глубину не менее 550 мм;

- опору поверхностей для ПЭВМ или ВДТ и для клавиатуры на стояк, в котором должны находиться провода электропитания и кабель локальной сети. Основание стояка следует совмещать с подставкой для ног;

- отсутствие ящиков;

- увеличение ширины поверхностей до 1200 мм при оснащении рабочего места принтером.

11.3. Высота края стола, обращенного к работающему с ПЭВМ, и высота пространства для ног должны соответствовать росту обучающихся в обуви (приложение 4).

11.4. При наличии высокого стола и стула, не соответствующих росту обучающихся, следует использовать регулируемую по высоте подставку для ног.

11.5. Линия взора должна быть перпендикулярна центру экрана и оптимальное ее отклонение от перпендикуляра, проходящего через центр экрана в вертикальной плоскости, не должно превышать +/- 5 градусов, допустимое +/- 10 градусов.

11.6. Рабочее место с ПЭВМ оборудуют стулом, основные размеры которого должны соответствовать росту обучающихся в обуви (приложение 5).

ХII. Требования к оборудованию и организации помещений с ПЭВМ для детей дошкольного возраста

12.1. Помещения для занятий оборудуются одноместными столами, предназначенными для работы с ПЭВМ.

12.2. Конструкция одноместного стола должна состоять из двух частей или столов, соединенных вместе: на одной поверхности стола располагается ВДТ, на другой - клавиатура.

Конструкция стола для размещения ПЭВМ должна предусматривать:

- плавную и легкую регулировку по высоте с надежной фиксацией горизонтальной поверхности для видеомонитора в пределах 460 - 520 мм при глубине не менее 550 мм и ширине - не менее 600 мм;

- возможность плавного и легкого изменения угла наклона поверхности для клавиатуры от 0 до 10 град. с надежной фиксацией;

- ширина и глубина поверхности под клавиатуру должна быть не менее 600 мм;

- ровную без углублений поверхность стола для клавиатуры;

- отсутствие ящиков;

- пространство для ног под столом над полом не менее 400 мм.

Ширина определяется конструкцией стола.

12.3. Размеры стульев для занятий приведены в Приложении 5. Замена стульев табуретками или скамейками не допускается.

12.4. Поверхность сиденья стула должна легко поддаваться дезинфекции.

ХIII. Требования к организации медицинского обслуживания пользователей ПЭВМ

13.1. Лица, работающие с ПЭВМ более 50% рабочего времени (профессионально связанные с эксплуатацией ПЭВМ), должны проходить обязательные предварительные при поступлении на работу и периодические медицинские осмотры в установленном порядке.

13.2. Женщины со времени установления беременности переводятся на работы, не связанные с использованием ПЭВМ, или для них ограничивается время работы с ПЭВМ (не более 3-х часов за рабочую смену) при условии соблюдения гигиенических требований, установленных настоящими

Санитарными правилами. Трудоустройство беременных женщин следует осуществлять в соответствии с законодательством Российской Федерации.

13.3. Медицинское освидетельствование студентов высших учебных заведений, учащихся средних специальных учебных заведений, детей дошкольного и школьного возраста на предмет установления противопоказаний к работе с ПЭВМ проводится в установленном порядке.

XIV. Требования к проведению государственного санитарно-эпидемиологического надзора и производственного контроля

14.1. Государственный санитарно-эпидемиологический надзор за производством и эксплуатацией ПЭВМ осуществляется в соответствии с настоящими Санитарными правилами.

14.2. Не допускается реализация и эксплуатация на территории Российской Федерации типов ПЭВМ, не имеющих санитарно-эпидемиологического заключения.

14.3. Инструментальный контроль за соблюдением требований настоящих Санитарных правил осуществляется в соответствии с действующей нормативной документацией.

14.4. Производственный контроль за соблюдением санитарных правил осуществляется производителем и поставщиком ПЭВМ, а также предприятиями и организациями, эксплуатирующими ПЭВМ в установленном порядке, в соответствии с действующими санитарными правилами и другими нормативными документами.

Приложение 1
к СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03

Таблица 1

Перечень продукции и контролируемые гигиенические параметры

N п/п	Вид продукции	Код ОКП	Контролируемые гигиенические параметры

1	Машины вычислительные электронные цифровые, машины вычислительные электронные цифровые персональные (включая портативные ЭВМ)	40 1300, 40 1350, 40 1370	Уровни электромагнитных полей (ЭМП), акустического шума, концентрация вредных веществ в воздухе, визуальные показатели ВДТ, мягкое рентгеновское излучение <*>
2	Устройства периферийные: принтеры, сканеры, модемы, сетевые устройства, блоки бесперебойного питания и т.д.	40 3000	Уровни ЭМП, акустического шума, концентрация вредных веществ в воздухе
3	Устройства отображения информации (видеодисплейные терминалы)	40 3200	Уровни ЭМП, визуальные показатели, концентрация вредных веществ в воздухе, мягкое рентгеновское излучение <*>
4	Автоматы игровые с использованием ПЭВМ	96 8575	Уровни ЭМП акустического шума, концентрация вредных веществ в воздухе, визуальные показатели ВДТ, мягкое рентгеновское излучение <*>

 <*> Контроль мягкого рентгеновского излучения осуществляется только для видеодисплейных терминалов с использованием электронно-лучевых трубок.

Таблица 2

Допустимые значения уровней звукового давления
в октавных полосах частот и уровня звука,
создаваемого ПЭВМ

Уровни звукового давления в октавных полосах со среднегеометрическими частотами									Уровни звука в дБА
31,5 Гц	63 Гц	125 Гц	250 Гц	500 Гц	1000 Гц	2000 Гц	4000 Гц	8000 Гц	
86 дБ	71 дБ	61 дБ	54 дБ	49 дБ	45 дБ	42 дБ	40 дБ	38 дБ	50

Измерение уровня звука и уровней звукового давления проводится на расстоянии 50 см от поверхности оборудования и на высоте расположения источника(ков) звука.

Таблица 3

Временные допустимые уровни ЭМП, создаваемых ПЭВМ

Наименование параметров		ВДУ ЭМП
Напряженность электрического поля	в диапазоне частот 5 Гц - 2 кГц	25 В/м
	в диапазоне частот 2 кГц - 400 кГц	2,5 В/м
Плотность маг- нитного потока	в диапазоне частот 5 Гц - 2 кГц	250 нТл
	в диапазоне частот 2 кГц - 400 кГц	25 нТл
Электростатический потенциал экрана видеомонитора		500 В

Таблица 4

Допустимые визуальные параметры устройств отображения информации

N п/п	Параметры	Допустимые значения
1	Яркость белого поля	Не менее 35 кд/кв. м
2	Неравномерность яркости рабочего поля	Не более +/- 20%
3	Контрастность (для монохромного режима)	Не менее 3:1
4	Временная нестабильность изображения (непреднамеренное изменение во времени яркости изображения на экране дисплея)	Не должна фиксироваться
5	Пространственная нестабильность изображения (непреднамеренные изменения положения фрагментов изображения на экране)	Не более $2 \times 1E(-4L)$, где L - проектное расстояние наблюдения, мм

Для дисплеев на ЭЛТ частота обновления изображения должна быть не менее 75 Гц при всех режимах разрешения экрана, гарантируемых

нормативной документацией на конкретный тип дисплея, и не менее 60 Гц для дисплеев на плоских дискретных экранах (жидкокристаллических, плазменных и т.п.).

Приложение 2
к СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03
(обязательное)

Таблица 1

**Временные допустимые уровни ЭМП, создаваемых
ПЭВМ на рабочих местах**

Наименование параметров		ВДУ
Напряженность электрического поля	в диапазоне частот 5 Гц - 2 кГц	25 В/м
	в диапазоне частот 2 кГц - 400 кГц	2,5 В/м
Плотность магнитного потока	в диапазоне частот 5 Гц - 2 кГц	250 нТл
	в диапазоне частот 2 кГц - 400 кГц	25 нТл
Напряженность электростатического поля		15 кВ/м

Таблица 2

**Оптимальные параметры микроклимата во всех типах
учебных и дошкольных помещений с использованием ПЭВМ**

Температура, град. С	Относительная влажность, %	Абсолютная влажность, г/м ³	Скорость движения воздуха, м/с
19	62	10	< 0,1
20	58	10	< 0,1
21	55	10	< 0,1

Таблица 3

**Визуальные параметры ВДТ, контролируемые
на рабочих местах**

№ п/п	Параметры	Допустимые значения
1	Яркость белого поля	Не менее 35 кд/кв. м
2	Неравномерность яркости рабочего поля	Не более +/- 20%
3	Контрастность (для монохромного режима)	Не менее 3:1
4	Временная нестабильность изображения (мелькания)	Не должна фиксироваться
5	Пространственная нестабильность изображения (дрожание)	Не более $2 \times 1E(-4L)$, где L - проектное расстояние наблюдения, мм

Приложение 3
к СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03
(обязательное)

**МЕТОДИКА
ИНСТРУМЕНТАЛЬНОГО КОНТРОЛЯ И ГИГИЕНИЧЕСКОЙ
ОЦЕНКИ УРОВНЕЙ ЭЛЕКТРОМАГНИТНЫХ ПОЛЕЙ НА РАБОЧИХ
МЕСТАХ**

1. Общие положения

1.1. Инструментальный контроль электромагнитной обстановки на рабочих местах пользователей ПЭВМ производится:

- при вводе ПЭВМ в эксплуатацию и организации новых и реорганизации рабочих мест;
- после проведения организационно-технических мероприятий, направленных на нормализацию электромагнитной обстановки;
- при аттестации рабочих мест по условиям труда;
- по заявкам предприятий и организаций.

1.2. Инструментальный контроль осуществляется органами ГСЭН и (или) испытательными лабораториями (центрами), аккредитованными в установленном порядке.

2. Требования к средствам измерений

2.1. Инструментальный контроль уровней ЭМП должен осуществляться приборами с допускаемой основной относительной погрешностью измерений $\pm 20\%$, включенными в Государственный реестр средств измерения и имеющими действующие свидетельства о прохождении Государственной поверки.

2.2. Следует отдавать предпочтение измерителям с изотропными антеннами-преобразователями.

3. Подготовка к проведению инструментального контроля

3.1. Составить план (эскиз) размещения рабочих мест пользователей ПЭВМ в помещении.

3.2. Занести в протокол сведения об оборудовании рабочего места - наименования устройств ПЭВМ, фирм-производителей, моделей и заводские (серийные) номера.

3.3. Занести в протокол сведения о наличии санитарно-эпидемиологического заключения на ПЭВМ и приэкранные фильтры (при их наличии).

3.4. Установить на экране ВДТ типичное для данного вида работы изображение (текст, графики и др.).

3.5. При проведении измерений должна быть включена вся вычислительная техника, ВДТ и другое используемое для работы электрооборудование, размещенное в данном помещении.

3.6. Измерения параметров электростатического поля проводить не ранее чем через 20 минут после включения ПЭВМ.

4. Проведение измерений

4.1. Измерение уровней переменных электрических и магнитных полей, статических электрических полей на рабочем месте, оборудованном ПЭВМ, производится на расстоянии 50 см от экрана на трех уровнях на высоте 0,5 м, 1,0 м и 1,5 м.

5. Гигиеническая оценка уровней ЭМП на рабочих местах

5.1. Гигиеническая оценка результатов измерений должна осуществляться с учетом погрешности используемого средства метрологического контроля.

5.2. Если на обследуемом рабочем месте, оборудованном ПЭВМ, интенсивность электрического и/или магнитного поля в диапазоне 5 - 2000 Гц превышает значения, приведенные в таблице 5, следует проводить

измерения фоновых уровней ЭМП промышленной частоты (при выключенном оборудовании). Фоновый уровень электрического поля частотой 50 Гц не должен превышать 500 В/м. Фоновые уровни индукции магнитного поля не должны превышать значений, вызывающих нарушения требований к визуальным параметрам ВДТ (таблица 6).

Приложение 4

к СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03
(обязательное)

ВЫСОТА ОДНОМЕСТНОГО СТОЛА ДЛЯ ЗАНЯТИЙ С ПЭВМ

Рост учащихся или студентов в обуви, см	Высота над полом, мм	
	поверхность стола	пространство для ног, не менее
116 - 130	520	400
131 - 145	580	520
146 - 160	640	580
161 - 175	700	640
выше 175	760	700

Примечание. Ширина и глубина пространства для ног определяются конструкцией стола.

Приложение 5

к СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03
(обязательное)

ОСНОВНЫЕ РАЗМЕРЫ СТУЛА ДЛЯ УЧАЩИХСЯ И СТУДЕНТОВ

Параметры стула	Рост учащихся и студентов в обуви, см				
	116 - 130	131 - 145	146 - 160	161 - 175	> 175
Высота сиденья над полом, мм	300	340	380	420	460
Ширина сиденья, не менее, мм	270	290	320	340	360
Глубина сиденья, мм	290	330	360	380	400

Высота нижнего края спинки над сиденьем, мм	130	150	160	170	190
Высота верхнего края спинки над сиденьем, мм	280	310	330	360	400
Высота линии прогиба спинки, не менее, мм	170	190	200	210	220
Радиус изгиба переднего края сиденья, мм	20 - 50				
Угол наклона сиденья, град.	0 - 4				
Угол наклона спинки, град.	95 - 108				
Радиус спинки в плане, не менее, мм	300				

Приложение 6

к СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03
(обязательное)

**РАЗМЕРЫ СТУЛА ДЛЯ ЗАНЯТИЙ С ПЭВМ ДЕТЕЙ
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Параметры стула	Размеры, не менее, мм
Высота сиденья над полом	260
Ширина сиденья	250
Глубина сиденья	260
Высота нижнего края спинки над сиденьем	120
Высота верхнего края спинки над сиденьем	250
Высота прогиба спинки	160
Радиус изгиба переднего края сиденья	20 - 50

Приложение 7

к СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03

(рекомендуемое)

ПРЕДЛОЖЕНИЯ ПО ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ С ПЭВМ

1. Гигиенические критерии оценки тяжести и напряженности трудового процесса пользователей ПЭВМ

1.1. Оценка тяжести и напряженности трудового процесса пользователей ПЭВМ проводится по методикам, утвержденным в установленном порядке.

Оценка тяжести и напряженности работы операторов пультов управления, профессиональная деятельность которых связана с высокой ответственностью, принятием решений в условиях дефицита времени (авиадиспетчеры, железнодорожные диспетчеры, операторы энергоустановок и т.д.), должна осуществляться на основе как изучения условий, так и функционального состояния работающих с последующей разработкой предложений по рациональной организации труда. Эта работа выполняется научно-исследовательскими организациями, аккредитованными в установленном порядке.

1.2. Организация работы с ПЭВМ осуществляется в зависимости от вида и категории трудовой деятельности.

Виды трудовой деятельности разделяются на 3 группы: группа А - работа по считыванию информации с экрана ВДТ с предварительным запросом; группа Б - работа по вводу информации; группа В - творческая работа в режиме диалога с ПЭВМ. При выполнении в течение рабочей смены работ, относящихся к разным видам трудовой деятельности, за основную работу с ПЭВМ следует принимать такую, которая занимает не менее 50% времени в течение рабочей смены или рабочего дня.

Для видов трудовой деятельности устанавливается 3 категории тяжести и напряженности работы с ПЭВМ, которые определяются: для группы А - по суммарному числу считываемых знаков за рабочую смену, но не более 60 000 знаков за смену; для группы Б - по суммарному числу считываемых или вводимых знаков за рабочую смену, но не более 40 000 знаков за смену; для группы В - по суммарному времени непосредственной работы с ПЭВМ за рабочую смену, но не более 6 ч за смену.

В зависимости от категории трудовой деятельности и уровня нагрузки за рабочую смену при работе с ПЭВМ устанавливается суммарное время регламентированных перерывов.

**Суммарное время регламентированных перерывов
в зависимости от продолжительности работы, вида
и категории трудовой деятельности с ПЭВМ**

Категория работы с ПЭВМ	Уровень нагрузки за рабочую смену при видах работ с ПЭВМ			Суммарное время регламентированных перерывов, мин.	
	группа А, количество знаков	группа Б, количество знаков	группа В, ч	при 8-часовой смене	при 12-часовой смене
I	до 20 000	до 15 000	до 2	50	80
II	до 40 000	до 30 000	до 4	70	110
III	до 60 000	до 40 000	до 6	90	140

1.3. Для предупреждения преждевременной утомляемости пользователей ПЭВМ рекомендуется организовывать рабочую смену путем чередования работ с использованием ПЭВМ и без него.

При возникновении у работающих с ПЭВМ зрительного дискомфорта и других неблагоприятных субъективных ощущений, несмотря на соблюдение санитарно-гигиенических и эргономических требований, рекомендуется применять индивидуальный подход с ограничением времени работы с ПЭВМ.

1.4. В случаях, когда характер работы требует постоянного взаимодействия с ВДТ (набор текстов или ввод данных и т.п.) с напряжением внимания и сосредоточенности, при исключении возможности периодического переключения на другие виды трудовой деятельности, не связанные с ПЭВМ, рекомендуется организация перерывов на 10 - 15 мин. через каждые 45 - 60 мин. работы.

1.5. Продолжительность непрерывной работы с ВДТ без регламентированного перерыва не должна превышать 1 ч.

1.6. При работе с ПЭВМ в ночную смену (с 22 до 6 ч), независимо от категории и вида трудовой деятельности, продолжительность регламентированных перерывов следует увеличивать на 30%.

1.7. Во время регламентированных перерывов с целью снижения нервно-эмоционального напряжения, утомления зрительного анализатора, устранения влияния гиподинамии и гипокинезии, предотвращения развития позотонического утомления целесообразно выполнять комплексы упражнений (приложения 9 - 11).

1.8. Работающим на ПЭВМ с высоким уровнем напряженности во время регламентированных перерывов и в конце рабочего дня рекомендуется психологическая разгрузка в специально оборудованных помещениях (комната психологической разгрузки).

2. Организация занятий с ПЭВМ студентов в учреждениях высшего профессионального образования

2.1. Длительность работы студентов на занятиях с использованием ПЭВМ определяется курсом обучения, характером (ввод данных,

программирование, отладка программ, редактирование и др.) и сложностью выполняемых заданий.

2.2. Для студентов первого курса оптимальное время учебных занятий при работе с ВДТ или ПЭВМ составляет 1 ч, для студентов старших курсов - 2 ч с обязательным соблюдением между двумя академическими часами занятий перерыва длительностью 15 - 20 мин. Допускается время учебных занятий с ВДТ или ПЭВМ увеличивать для студентов первого курса до 2 ч, а для студентов старших курсов до 3 академических часов, при условии, что длительность учебных занятий в дисплейном классе (аудитории) не превышает 50% времени непосредственной работы на ВДТ или ПЭВМ, и при соблюдении профилактических мероприятий: упражнения для глаз, физкультминутка и физкультпауза (приложения 9 - 11).

2.3. Для предупреждения развития переутомления обязательными мероприятиями являются:

- проведение упражнений для глаз через каждые 20 - 25 мин. работы за ВДТ или ПЭВМ;
- устройство перерывов после каждого академического часа занятий, независимо от учебного процесса, длительностью не менее 15 мин.;
- проведение во время перерывов сквозного проветривания помещений с ВДТ или ПЭВМ с обязательным выходом из него студентов;
- осуществление во время перерывов упражнений физкультурной паузы в течение 3 - 4 мин.;
- проведение упражнений физкультминутки в течение 1 - 2 мин. для снятия локального утомления, которые выполняются индивидуально при появлении начальных признаков усталости;
- замена комплексов упражнений один раз в 2 - 3 недели.

2.4. Физкультурные паузы следует проводить под руководством физорга, педагога или централизованно с помощью информации по местному радио на фоне умеренно звучащей приятной музыки.

3. Организация режима работы с ПЭВМ обучающихся в учреждениях начального профессионального образования

3.1. Длительность работы на занятиях с использованием ПЭВМ определяется курсом обучения, характером (ввод данных, программирование, отладка программ, редактирование и др.) и сложностью выполняемых заданий.

3.2. Длительность работы с ПЭВМ во время учебных занятий:

- для обучающихся на первом курсе - не более 30 мин.;
- для обучающихся на втором и третьем курсах при сдвоенных занятиях: 30 мин. на первом часу и 30 мин. на втором с интервалом в работе на ВДТ ПЭВМ не менее 20 мин., включая перемену, объяснение учебного материала, опрос обучающихся и т.п.;

- для обучающихся третьего курса длительность учебных занятий с ВДТ или ПЭВМ допускается увеличить до 3 академических часов с суммарным временем непосредственной работы на ВДТ или ПЭВМ не более 50% от общего времени учебных занятий.

3.3. После каждого академического часа занятий с ПЭВМ следует устраивать перерывы длительностью 15 - 20 мин. с обязательным выходом обучающихся из класса (кабинета) и организацией сквозного проветривания.

3.4. При организации односменных занятий в учебном заведении следует в середине учебного дня (после 3 - 4 уроков) устраивать перерыв длительностью 50 - 60 мин. для обеда и отдыха обучающихся.

3.5. Для предупреждения развития переутомления при работе на ВДТ или ПЭВМ необходимо осуществлять комплекс профилактических мероприятий (приложения 9 - 11):

- проводить упражнения для глаз через каждые 20 - 25 мин. работы на ВДТ или ПЭВМ, а при появлении зрительного дискомфорта, выражающегося в быстром развитии усталости глаз, рези, мелькании точек перед глазами и т.п., упражнения для глаз проводятся самостоятельно и раньше указанного времени;

- для снятия локального утомления должны осуществляться физкультурные минутки целенаправленного назначения индивидуально или организованно под контролем педагога;

- для снятия общего утомления, улучшения функционального состояния нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной систем, а также для мышц плечевого пояса, рук, спины, шеи и ног следует проводить физкультпаузы.

Комплексы упражнений следует менять через 2 - 3 недели.

3.6. Общая продолжительность кружковой и факультативной работы с использованием ВДТ и ПЭВМ не должна превышать 2 ч в неделю, а непосредственные работы на ВДТ и ПЭВМ - не более 1 ч при соблюдении режима работы и профилактических мероприятий как при проведении учебных занятий.

3.7. Кружковые и факультативные занятия с использованием ВДТ и ПЭВМ проводятся после окончания учебных занятий не ранее чем через 50 - 60 мин.

3.8. Длительность работы с использованием ПЭВМ в период производственной практики, без учебных занятий, не должна превышать 3 ч в день при соблюдении режима работы и профилактических мероприятий.

4. Организация занятий с ПЭВМ детей школьного возраста и занятий с игровыми комплексами на базе ПЭВМ детей дошкольного возраста

4.1. Рекомендуемая непрерывная длительность работы, связанной с фиксацией взора непосредственно на экране ВДТ, на уроке не должна превышать:

- для обучающихся в I - IV классах - 15 мин.;
- для обучающихся в V - VII классах - 20 мин.;
- для обучающихся в VIII - IX классах - 25 мин.;
- для обучающихся в X - XI классах на первом часу учебных занятий - 30 мин., на втором - 20 мин.

4.2. Оптимальное количество занятий с использованием ПЭВМ в течение учебного дня для обучающихся I - IV классов составляет 1 урок, для обучающихся в V - VIII классах - 2 урока, для обучающихся в IX - XI классах - 3 урока.

4.3. При работе на ПЭВМ для профилактики развития утомления необходимо осуществлять комплекс профилактических мероприятий (приложение 12).

4.4. Во время перемен следует проводить сквозное проветривание с обязательным выходом обучающихся из класса (кабинета).

4.5. Для обучающихся в старших классах при организации производственного обучения продолжительность работы с ПЭВМ не должна превышать 50% времени занятия.

4.6. Длительность работы с использованием ПЭВМ в период производственной практики, без учебных занятий, не должна превышать 50% продолжительности рабочего времени при соблюдении режима работы и профилактических мероприятий.

4.7. Внеучебные занятия с использованием ПЭВМ рекомендуется проводить не чаще 2 раз в неделю общей продолжительностью:

- для обучающихся в II - V классах - не более 60 мин.;
- для обучающихся в VI классах и старше - не более 90 мин.

Время проведения компьютерных игр с навязанным ритмом не должно превышать 10 мин. для учащихся II - V классов и 15 мин. для учащихся более старших классов. Рекомендуется проводить их в конце занятия.

4.8. Условия и режим дня в оздоровительно-образовательных лагерях, реализующих образовательные программы с использованием ПЭВМ в течение 2 - 4 недель, должны соответствовать санитарным нормам и правилам к устройству, содержанию и организации режима детских оздоровительных загородных учреждений или оздоровительных учреждений с дневным пребыванием в период каникул в городских условиях.

4.9. Занятия с ПЭВМ в оздоровительно-образовательных лагерях, реализующих образовательные программы с использованием ПЭВМ, организуемые в период школьных каникул, рекомендуется проводить не более 6 дней в неделю.

4.10. Общую продолжительность занятий с ПЭВМ в оздоровительно-образовательных лагерях, реализующих образовательные программы с использованием ПЭВМ, организуемые в период школьных каникул, рекомендуется ограничить:

- для детей 7 - 10 лет одним занятием в первую половину дня продолжительностью не более 45 мин.;

- для детей 11 - 13 лет двумя занятиями по 45 мин.: одно - в первой половине дня и другое - во второй половине дня;

- для детей 14 - 16 лет тремя занятиями по 45 мин. каждое: два в первой половине дня и одно во второй половине дня.

4.11. В оздоровительно-образовательных лагерях в период школьных каникул компьютерные игры с навязанным ритмом рекомендуется проводить не более одного раза в день продолжительностью:

- до 10 мин. для детей младшего школьного возраста;

- до 15 мин. для детей среднего и старшего школьного возраста.

Запрещается проводить компьютерные игры перед сном.

4.12. В дошкольных образовательных учреждениях (ДОУ) рекомендуемая непрерывная продолжительность работы с ПЭВМ на развивающих игровых занятиях для детей 5 лет не должна превышать 10 мин., для детей 6 лет - 15 мин.

4.13. Игровые занятия с использованием ПЭВМ в ДОУ рекомендуется проводить не более одного в течение дня и не чаще трех раз в неделю в дни наиболее высокой работоспособности детей: во вторник, в среду и в четверг. После занятия с детьми проводят гимнастику для глаз.

4.14. Не допускается проводить занятия с ПЭВМ в ДОУ за счет времени, отведенного для сна, дневных прогулок и других оздоровительных мероприятий.

4.15. Занятиям с ПЭВМ должны предшествовать спокойные игры.

4.16. Не допускается одновременное использование одного ВДТ для двух и более детей независимо от их возраста.

4.17. Занятия с ПЭВМ независимо от возраста детей должны проводиться в присутствии воспитателя или педагога.

Приложение 8
к СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03
(рекомендуемое)

КОМПЛЕКСЫ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ГЛАЗ

Упражнения выполняются сидя или стоя, отвернувшись от экрана, при ритмичном дыхании, с максимальной амплитудой движения глаз.

Вариант 1

1. Закрывать глаза, сильно напрягая глазные мышцы, на счет 1 - 4, затем раскрыть глаза, расслабив мышцы глаз, посмотреть вдаль на счет 1 - 6. Повторить 4 - 5 раз.

2. Посмотреть на переносицу и задержать взор на счет 1 - 4. До усталости глаза не доводить. Затем открыть глаза, посмотреть вдаль на счет 1 - 6. Повторить 4 - 5 раз.

3. Не поворачивая головы, посмотреть направо и зафиксировать взгляд на счет 1 - 4, затем посмотреть вдаль прямо на счет 1 - 6. Аналогичным образом проводятся упражнения, но с фиксацией взгляда влево, вверх и вниз. Повторить 3 - 4 раза.

4. Перенести взгляд быстро по диагонали: направо вверх - налево вниз, потом прямо вдаль на счет 1 - 6; затем налево вверх направо вниз и посмотреть вдаль на счет 1 - 6. Повторить 4 - 5 раз.

Вариант 2

1. Закрывать глаза, не напрягая глазные мышцы, на счет 1 - 4, широко раскрыть глаза и посмотреть вдаль на счет 1 - 6. Повторить 4 - 5 раз.

2. Посмотреть на кончик носа на счет 1 - 4, а потом перевести взгляд вдаль на счет 1 - 6. Повторить 4 - 5 раз.

3. Не поворачивая головы (голова прямо), делать медленно круговые движения глазами вверх-вправо-вниз-влево и в обратную сторону: вверх-влево-вниз-вправо. Затем посмотреть вдаль на счет 1 - 6. Повторить 4 - 5 раз.

4. При неподвижной голове перевести взор с фиксацией его на счет 1 - 4 вверх, на счет 1 - 6 прямо; после чего аналогичным образом вниз-прямо, вправо-прямо, влево-прямо. Прodelать движение по диагонали в одну и другую стороны с переводом глаз прямо на счет 1 - 6. Повторить 3 - 4 раза.

Вариант 3

1. Голову держать прямо. Поморгать, не напрягая глазные мышцы, на счет 10 - 15.

2. Не поворачивая головы (голова прямо) с закрытыми глазами, посмотреть направо на счет 1 - 4, затем налево на счет 1 - 4 и прямо на счет 1 - 6. Поднять глаза вверх на счет 1 - 4, опустить вниз на счет 1 - 4 и перевести взгляд прямо на счет 1 - 6. Повторить 4 - 5 раз.

3. Посмотреть на указательный палец, удаленный от глаз на расстояние 25 - 30 см, на счет 1 - 4, потом перевести взор вдаль на счет 1 - 6. Повторить 4 - 5 раз.

4. В среднем темпе проделать 3 - 4 круговых движения в правую сторону, столько же в левую сторону и, расслабив глазные мышцы, посмотреть вдаль на счет 1 - 6. Повторить 1 - 2 раза.

КОМПЛЕКСЫ УПРАЖНЕНИЙ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ МИНУТОК

Физкультминутка (ФМ) способствует снятию локального утомления. По содержанию ФМ различны и предназначаются для конкретного воздействия на ту или иную группу мышц или систему организма в зависимости от самочувствия и ощущения усталости.

Физкультминутка общего воздействия может применяться, когда физкультпаузу по каким-либо причинам выполнить нет возможности.

ФМ общего воздействия

1 комплекс

1. И.п. - о.с. 1 - 2 - встать на носки, руки вверх-наружу, потянуться вверх за руками. 3 - 4 - дугами в стороны руки вниз и расслабленно скрестить перед грудью, голову наклонить вперед. Повторить 6 - 8 раз. Темп быстрый.

2. И.п. - стойка ноги врозь, руки вперед, 1 - поворот туловища направо, мах левой рукой вправо, правой назад за спину. 2 и.п. 3 - 4 - то же в другую сторону. Упражнения выполняются размашисто, динамично. Повторить 6 - 8 раз. Темп быстрый.

3. И.п. 1 - согнуть правую ногу вперед и, обхватив голень руками, притянуть ногу к животу. 2 - приставить ногу, руки вверх-наружу. 3 - 4 - то же другой ногой. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

2 комплекс

1. И.п. - о.с. 1 - 2 - дугами внутрь два круга руками в лицевой плоскости. 3 - 4 - то же, но круги наружу. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

2. И.п. - стойка ноги врозь, правую руку вперед, левую на пояс. 1 - 3 - круг правой рукой вниз в боковой плоскости с поворотом туловища направо. 4 - заканчивая круг, правую руку на пояс, левую вперед. То же в другую сторону. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

3. И.п. - о.с. 1 - с шагом вправо руки в стороны. 2 - два пружинящих наклона вправо. Руки на пояс. 4 - и.п. 1 - 4 - то же влево. Повторить 4 - 6 раз в каждую сторону. Темп средний.

3 комплекс

1. И.п. - стойка ноги врозь, 1 - руки назад. 2 - 3 - руки в стороны и вверх, встать на носки. 4 - расслабляя плечевой пояс, руки вниз с небольшим наклоном вперед. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

2. И.п. - стойка ноги врозь, руки согнутые вперед, кисти в кулаках. 1 - с поворотом туловища налево "удар" правой рукой вперед. 2 - и.п. 3 - 4 - то же в другую сторону. Повторить 6 - 8 раз. Дыхание не задерживать.

4 комплекс

1. И.п. - руки в стороны. 1 - 4 - восьмеркообразные движения руками. 5 - 8 - то же, но в другую сторону. Руки не напрягать. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный. Дыхание произвольное.

2. И.п. - стойка ноги врозь, руки на поясе. 1 - 3 - три пружинящих движения тазом вправо, сохраняя и.п. плечевого пояса. 4 - и.п. Повторить 4 - 6 раз в каждую сторону. Темп средний. Дыхание не задерживать.

3. И.п. - о. с. 1 - руки в стороны, туловище и голову повернуть налево. 2 - руки вверх. 3 - руки за голову. 4 - и.п. Повторить 4 - 6 раз в каждую сторону. Темп медленный.

Физкультминутка для улучшения мозгового кровообращения

Наклоны и повороты головы оказывают механическое воздействие на стенки шейных кровеносных сосудов, повышают их эластичность; раздражение вестибулярного аппарата вызывает расширение кровеносных сосудов головного мозга. Дыхательные упражнения, особенно дыхание через нос, изменяют их кровенаполнение. Все это усиливает мозговое кровообращение, повышает его интенсивность и облегчает умственную деятельность.

1 комплекс

1. И.п. - о.с. 1 - руки за голову; локти развести пошире, голову наклонить назад. 2 - локти вперед. 3 - 4 - руки расслабленно вниз, голову наклонить вперед. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

2. И.п. - стойка ноги врозь, кисти в кулаках. 1 - мах левой рукой назад, правой вверх - назад. 2 - встречными махами переменить положение рук. Махи заканчивать рывками руками назад. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

3. И.п. - сидя на стуле. 1 - 2 отвести голову назад и плавно наклонить назад. 3 - 4 - голову наклонить вперед, плечи не поднимать. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

2 комплекс

1. И.п. - стоя или сидя, руки на поясе. 1 - 2 - круг правой рукой назад с поворотом туловища и головы направо. 3 - 4 - то же левой рукой. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

2. И.п. - стоя или сидя, руки в стороны, ладони вперед, пальцы разведены. 1 - обхватив себя за плечи руками возможно крепче и дальше. 2 - и.п. То же налево. Повторить 4 - 6 раз. Темп быстрый.

3. И.п. - сидя на стуле, руки на пояс. 1 - повернуть голову направо. 2 - и.п. То же налево. Повторить 6 - 8 раз. Темп медленный.

3 комплекс

1. И.п. - стоя или сидя, руки на поясе. 1 - махом левую руку занести через правое плечо, голову повернуть налево. 2 - и.п. 3 - 4 - то же правой рукой. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

2. И.п. - о.с. Хлопок в ладоши за спиной, руки поднять назад возможно выше. 2 - движение рук через стороны, хлопок в ладоши впереди на уровне головы. Повторить 4 - 6 раз. Темп быстрый.

3. И.п. - сидя на стуле. 1 - голову наклонить вправо. 2 - и.п. 3 - голову наклонить влево. 4 - и.п. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

4 комплекс

1. И.п. - стоя или сидя. 1 - руки к плечам, кисти в кулаки, голову наклонить назад. 2 - повернуть руки локтями кверху, голову наклонить вперед. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

2. И.п. - стоя или сидя, руки в стороны. 1 - 3 - три рывка согнутыми руками внутрь: правой перед телом, левой за телом. 4 - и.п. 5 - 8 - то же в другую сторону. Повторить 4 - 6 раз. Темп быстрый.

3. И.п. - сидя. 1 - голову наклонить вправо. 2 - и.п. 3 - голову наклонить влево. 4 - и.п. 5 - голову повернуть направо. 6 - и.п. 7 - голову повернуть налево. 8 - и.п. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

Физкультминутка для снятия утомления с плечевого пояса и рук

Динамические упражнения с чередованием напряжения и расслабления отдельных мышечных групп плечевого пояса и рук улучшают кровоснабжение, снижают напряжение.

1 комплекс

1. И.п. - о.с. 1 - поднять плечи. 2 - опустить плечи. Повторить 6 - 8 раз, затем пауза 2 - 3 с, расслабить мышцы плечевого пояса. Темп медленный.

2. И.п. - руки согнуты перед грудью. 1 - 2 - два пружинящих рывка назад согнутыми руками. 3 - 4 - то же прямыми руками. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

3. И.п. - стойка ноги врозь. 1 - 4 - четыре последовательных круга руками назад. 5 - 8 - то же вперед. Руки не напрягать, туловище не поворачивать. Повторить 4 - 6 раз. Закончить расслаблением. Темп средний.

2 комплекс

1. И.п. - о.с. - кисти в кулаках. Встречные махи руками вперед и назад. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

2. И.п. - о.с. 1 - 4 - дугами в стороны руки вверх, одновременно делая ими небольшие воронкообразные движения. 5 - 8 - дугами в стороны руки расслабленно вниз и потрясти кистями. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

3. И.п. - тыльной стороной кисти на пояс. 1 - 2 - свести вперед, голову наклонить вперед. 3 - 4 - локти назад, прогнуться. Повторить 6 - 8 раз, затем руки вниз и потрясти расслабленно. Темп медленный.

3 комплекс

1. И.п. - стойка ноги врозь, руки в стороны, ладони кверху. 1 - дугой кверху расслабленно правую руку влево с хлопками в ладони, одновременно туловище повернуть налево. 2 - и.п. 3 - 4 - то же в другую сторону. Руки не напрягать. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

2. И.п. - о.с. 1 - руки вперед, ладони книзу. 2 - 4 - зигзагообразными движениями руки в стороны. 5 - 6 - руки вперед. 7 - 8 - руки расслабленно вниз. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

3. И.п. - о.с. 1 - руки свободно махом в стороны, слегка прогнуться. 2 - расслабляя мышцы плечевого пояса, "уронить" руки и приподнять их скрестно перед грудью. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

4 комплекс

1. И.п. - о.с. 1 - дугами внутрь, руки вверх - в стороны, прогнуться, голову назад. 2 - руки за голову, голову наклонить вперед. 3 - "уронить" руки. 4 - и.п. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

2. И.п. - руки к плечам, кисти в кулаках. 1 - 2 - напряженно повернуть руки предплечьями и выпрямить их в стороны, кисти тыльной стороной вперед. 3 - руки расслабленно вниз. 4 - и.п. Повторить 6 - 8 раз, затем расслабленно вниз и встряхнуть кистями. Темп средний.

3. И.п. - о.с. 1 - правую руку вперед, левую вверх. 2 - поменять положение рук. Повторить 3 - 4 раза, затем расслабленно опустить вниз и потрясти кистями, голову наклонить вперед. Темп средний.

Физкультминутка для снятия утомления с туловища и ног

Физические упражнения для мышц ног, живота и спины усиливают венозное кровообращение в этих частях тела и способствуют

предотвращению застойных явлений крово- и лимфообращения, отечности в нижних конечностях.

1 комплекс

1. И.п. - о.с. 1 - шаг влево, руки к плечам, прогнуться. 2 - и.п. 3 - 4 - то же в другую сторону. Повторить 6 - 8 раз. Темп медленный.

2. И.п. - стойка ноги врозь. 1 - упор присев. 2 - и.п. 3 - наклон вперед, руки впереди. 4 - и.п. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

3. И.п. - стойка ноги врозь, руки за голову. 1 - 3 - круговые движения тазом в одну сторону. 4 - 6 - то же в другую сторону. 7 - 8 - руки вниз и расслабленно потрясти кистями. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

2 комплекс

1. И.п. - о.с. 1 - выпад влево, руки дугами внутрь, вверх в стороны. 2 - толчком левой приставить ногу, дугами внутрь руки вниз. 3 - 4 - то же в другую сторону. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

2. И.п. - о.с. 1 - 2 - присед на носках, колени врозь, руки вперед - в стороны. 3 - встать на правую, мах левой назад, руки вверх, 4 - приставить левую, руки свободно вниз и встряхнуть руками. 5 - 8 - то же с махом правой ногой назад. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

3. И.п. - стойка ноги врозь. 1 - 2 - наклон вперед, правая рука скользит вдоль ноги вниз, левая, сгибаясь, вдоль тела вверх. 3 - 4 - и.п. 5 - 8 - то же в другую сторону. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

3 комплекс

1. И.п. - руки скрестно перед грудью. 1 - взмах правой ногой в сторону, руки дугами книзу, в стороны. 2 - и.п. 3 - 4 - то же в другую сторону. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

2. И.п. - стойка ноги врозь пошире, руки вверх - в стороны. 1 - полуприсед на правой, левую ногу повернуть коленом внутрь, руки на пояс. 2 - и.п. 3 - 4 - то же в другую сторону. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

3. И.п. - выпад левой вперед. 1 - мах руками направо с поворотом туловища направо. 2 - мах руками налево с поворотом туловища налево. Упражнения выполнять размашисто расслабленными руками. То же с выпадом правой. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

4 комплекс

1. И.п. - стойка ноги врозь, руки вправо. 1 - полуприседая и наклоняясь, руки махом вниз. Разгибая правую ногу, выпрямляя туловище и передавая

тяжесть тела на левую ногу, мах руками влево. 2 - то же в другую сторону. Упражнения выполнять слитно. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

2. И.п. - руки в стороны. 1 - 2 - присед, колени вместе, руки за спину. 3 - выпрямляя ноги, наклон вперед, руками коснуться пола. 4 - и.п. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

3. И.п. - стойка ноги врозь, руки за голову. 1 - резко повернуть таз направо. 2 - резко повернуть таз налево. Во время поворотов плечевой пояс оставить неподвижным. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

Приложение 10
к СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03
(рекомендуемое)

КОМПЛЕКСЫ УПРАЖНЕНИЙ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ПАУЗ

Физкультурная пауза (ФП) - повышает двигательную активность, стимулирует деятельность нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной и мышечной систем, снимает общее утомление, повышает умственную работоспособность.

Физкультурная пауза 1

Ходьба на месте 20 - 30 с. Темп средний.

1. Исходное положение (и.п.) - основная стойка (о.с.). 1 - руки вперед, ладони книзу. 2 - руки в стороны, ладони кверху, 3 - встать на носки, руки вверх, прогнуться. 4 - и.п. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

2. И.п. - ноги врозь, немного шире плеч. 1 - 3 наклон назад, руки за спину. 3 - 4 - и.п. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

3. И.п. - ноги на ширине плеч. 1 - руки за голову, поворот туловища направо. 2 - туловище в и.п., руки в стороны, наклон вперед, голову назад. 3 - выпрямиться, руки за голову, поворот туловища налево. 4 - и.п. 5 - 8 - то же в другую сторону. Повторить 6 раз. Темп средний.

И.п. - руки к плечам. 1 - выпад вправо, руки в стороны. 2 - и.п. 3 - присесть, руки вверх. 4 - и.п. 5 - 8 - то же в другую сторону. Повторить 6 раз. Темп средний.

И.п. - ноги врозь, руки на пояс. 1 - 4 - круговые движения туловищем вправо. 5 - 8 - круговые движения туловищем влево. Повторить 4 раза. Темп средний.

И.п. - о.с. 1 - мах правой ногой назад, руки в стороны. 2 - и.п. 3 - 4 - то же левой ногой. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

И.п. - ноги врозь, руки на пояс. 1 - голову наклонить вправо. 2 - не выпрямляя головы, наклонить ее назад. 3 - голову наклонить вперед. 4 - и.п. 5 - 8 - то же в другую сторону. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

Физкультурная пауза 2

Ходьба на месте 20 - 30 с. Темп средний.

1. И.п. - о.с. Руки за голову. 1 - 2 - встать на носки, прогнуться, отвести локти назад. 3 - 4 - опуститься на ступни, слегка наклониться вперед, локти вперед. Повторить 6 - 8 раз. Темп медленный.

2. И.п. - о.с. 1 - шаг вправо, руки в стороны. 2 - повернуть кисти ладонями вверх. 3 - приставить левую ногу, руки вверх. 4 - руки дугами в стороны и вниз, свободным махом скрестить перед грудью. 5 - 8 - то же влево. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

3. И.п. - стойка ноги врозь, руки в стороны. 1 - наклон вперед к правой ноге, хлопок в ладони. 2 - и.п. 3 - 4 то же в другую сторону. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

4. И.п. - стойка ноги врозь, левая впереди, руки в стороны или на поясе. 1 - 3 - три пружинистых полуприседа на левой ноге. 4 - переменить положение ног. 5 - 7 - то же, но правая нога впереди левой. Повторить 4 - 6 раз. Перейти на ходьбу 20 - 25 с. Темп средний.

5. И.п. - стойка ноги врозь пошире. 1 - с поворотом туловища влево, наклон назад, руки назад. 2 - 3 - сохраняя положение туловища в повороте, пружинистый наклон вперед, руки вперед. 4 - и.п. 5 - 8 - то же, но поворот туловища вправо. Повторить по 4 - 6 раз в каждую сторону. Темп медленный.

6. И.п. - придерживаясь за опору, согнуть правую ногу, захватив рукой за голень. 1 - вставая на левый носок, мах правой ногой назад, правую руку в сторону - назад. 2 - и.п. 3 - 4 - то же, но согнуть левую ногу. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

7. И.п. - о.с. 1 - руки назад в стороны, ладони наружу, голову наклонить назад. 2 - руки вниз, голову наклонить вперед. Повторить 6 - 8 раз. Темп медленный.

Физкультурная пауза 3

Ходьба на месте 20 - 30 с. Темп средний.

1. И.п. - о.с. Правой рукой дугой внутрь. 2 - то же левой и руки вверх, встать на носки. 3 - 4 - руки дугами в стороны. И.п. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

2. И.п. - о.с. 1 - с шагом вправо руки в стороны, ладони кверху. 2 - с поворотом туловища направо дугой кверху левую руку вправо с хлопком в ладони. 3 - выпрямиться. 4 - и.п. 5 - 8 - то же в другую сторону. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

3. И.п. - стойка ноги врозь. 1 - 3 - руки в стороны, наклон вперед и три размашистых поворота туловища в стороны. 4 - и.п. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

4. И.п. - о.с. 1 - 2 - присед, колени врозь, руки вперед. 3 - 4 - встать, правую руку вверх, левую за голову. 5 - 8 - то же, но правую за голову. Повторить 6 - 10 раз. Темп медленный.

5. И.п. - о.с. 1 - выпад влево, руки в стороны. 2 - 3 - руки вверх, два пружинистых наклона вправо. 4 - и.п. 5 - 8 - то же в другую сторону. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

6. И.п. - правую руку на пояс, левой поддерживаться за опору. 1 - мах правой ногой вперед. 2 - мах правой ногой назад, захлестывая голень. То же проделать левой ногой. Повторить по 6 - 8 махов каждой ногой. Темп средний.

7. И.п. - о.с. 1 - 2 - правую ногу назад на носок, руки слегка назад с поворотом ладоней наружу, голову наклонить назад. 3 - 4 ногу приставить, руки расслабленно опустить, голову наклонить вперед. 5 - 8 то же, отставляя другую ногу назад. Повторить 6 - 8 раз. Темп медленный.

Приложение 11
к СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03
(рекомендуемое)

ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Для снятия статического и нервно-эмоционального напряжения можно использовать обычные физические упражнения, преимущественно для верхней части туловища (рывки руками, повороты, "рубка дров" и т.д.), игры на свежем воздухе. Для снятия напряжения зрения рекомендуется зрительная гимнастика. Даже при небольшой ее продолжительности (1 мин.), но регулярном проведении она является эффективным мероприятием профилактики утомления. Эффективность зрительной гимнастики объясняется тем, что при выполнении специальных упражнений (описаны ниже) обеспечивается периодическое переключение зрения с ближнего на дальнее, снимается напряжение с цилиарной мышцы глаза, активизируются восстановительные процессы аккомодационного аппарата глаза, в результате чего функция зрения нормализуется. Кроме того, есть специальное упражнение (с меткой на стекле), предназначенное для тренировки и развития аккомодационной функции глаза.

Время и место проведения гимнастики

Зрительная гимнастика проводится в середине занятия с ПЭВМ (после 5 мин. работы - для пятилетних и после 7 - 8 мин. - для шестилетних детей) и в

конце или после всего развивающего занятия с использованием ПЭВМ (после заключительной части). Первые три из представленных ниже упражнений проводятся в середине занятия в компьютерном зале, а остальные упражнения - после занятий в игровой комнате.

Длительность зрительной гимнастики как во время, так и после занятия составляет 1 мин. Преподаватель выбирает одно упражнение из трех для проведения во время занятий с ПЭВМ и 1 - 2 упражнения для проведения гимнастики после заключительной части занятия. Через 2 - 4 занятия упражнения рекомендуется менять.

Зрительная гимнастика во время работы на компьютере

Упражнение 1 со зрительными метками

В компьютерном зале заранее подвешиваются высоко на стенах, углах, в центре стены яркие зрительные метки. Ими могут быть игрушки или красочные картинки (4 - 6 меток). Игрушки (картинки) целесообразно подбирать так, чтобы они составляли единый зрительно-игровой сюжет, например, из известных сказок. Сюжеты преподаватель может придумывать сам и менять их время от времени. Примерами игровых сюжетов могут быть следующие. В центре стены помещается машина (или голубь, или самолетик, или бабочка). В углах под потолком стены - цветные гаражи. Детям предлагается проследить взором проезд машины в гаражи или на ремонтную площадку. Голубь может лететь на веточку или в домик.

Методика проведения упражнения

Поднять детей с рабочих мест: упражнение проводится у рабочего места.

Объяснить детям, что они должны делать: по команде преподавателя, не поворачивая головы, одним взглядом глаз, проследить движение машины в синий гараж, затем в зеленый и т.д.

Преподаватель предлагает переводить взгляд с одной метки на другую под счет 1 - 4.

Целесообразно показывать детям, на каком предмете необходимо каждый раз останавливать взгляд. Можно направлять взгляд ребенка последовательно на каждую метку, а можно - в случайном порядке.

Скорость перевода взгляда не должна быть очень большой. Переводить взгляд надо так медленно, чтобы за все упражнение было не больше 12 фиксаций глаз.

Преподаватель должен вести контроль за тем, чтобы дети во время выполнения упражнения не поворачивали головы.

Упражнение 2 со зрительными метками и поворотами головы

Выполняется так же, как предыдущее упражнение, но дети должны выполнять его с поворотами головы.

Игровым объектом может служить елочка, которую нужно нарядить. Необходимые для этой цели игрушки и зверушки дети должны отыскивать по всему компьютерному залу.

Методика выполнения упражнения

1. Преподаватель просит детей подняться с рабочих мест и стоять около стула, лицом к преподавателю.

2. Объясняется задача: вот елочка (на столе, или большое изображение елочки на картинке в центре стены или чуть ниже), ее нужно нарядить.

3. Преподаватель просит соблюдать следующие условия: "Стойте прямо, не сдвигая с места ног, поворачивая одну лишь голову, отыщите в компьютерном зале игрушки, которыми можно было бы нарядить елочку и назовите их".

4. Темп выполнения упражнения - произвольный.

5. Продолжительность - 1 мин.

Зрительная гимнастика после компьютерного занятия

Выполняется сидя или стоя, при ритмичном дыхании, с максимальной амплитудой движения глаз. Рекомендуются следующие варианты упражнений.

Упражнение 1

Закрывать глаза, сильно напрягая глазные мышцы, на счет 1 - 4, затем раскрыть глаза, расслабив мышцы глаз, посмотреть вдаль через окно на счет 1 - 6. Повторить 4 - 5 раз.

Упражнение 2

Не поворачивая головы, посмотреть направо и зафиксировать взгляд на счет 1 - 4, затем посмотреть вдаль прямо на счет 1 - 6. Аналогичным образом проводятся упражнения, но с фиксацией взгляда влево, вверх и вниз. Повторить 2 раза.

Упражнение 3

Голову держать прямо. Поморгать, не напрягая глазные мышцы, на счет 10 - 15.

Упражнение 4

Перенести взгляд быстро по диагонали: направо вверх - налево вниз, потом прямо вдаль на счет 1 - 6; затем налево вверх - направо вниз и посмотреть вдаль на счет 1 - 6.

Упражнение 5

Закрывать глаза, не напрягая глазные мышцы на счет 1 - 4, широко раскрыть глаза и посмотреть вдаль на счет 1 - 6. Повторить 2 - 3 раза.

Упражнение 6

Не поворачивая головы (голова прямо), делать медленно круговые движения глазами вверх-вправо-вниз-влево и в обратную сторону: вверх-влево-вниз-вправо. Затем посмотреть вдаль на счет 1 - 6.

Упражнение 7

При неподвижной голове перевести взор с фиксацией его на счет 1 - 4 вверх, на счет 1 - 6 прямо; после чего аналогичным образом вниз-прямо, вправо-прямо, влево-прямо. Прodelать движение по диагонали в одну и другую стороны с переводом глаз прямо на счет 1 - 6.

Упражнение 8

В игровой комнате на оконном стекле на уровне глаз ребенка крепятся красные круглые метки диаметром 3 - 5 мм. За окном намечается какой-либо отдаленный предмет для фиксации взгляда вдаль. Ребенка ставят около метки на стекле на расстоянии 30 - 35 см и предлагают ему посмотреть в течение 10 с на красную метку, затем перевести взгляд на отдаленный предмет за окном и зафиксировать взор на нем в течение 10 с. После этого поочередно переводить взгляд то на метку, то на выбранный предмет.

Продолжительность этой гимнастики 1 - 1,5 мин.

Гимнастика для снятия общего утомления

Упражнение 1

Исходное положение - стойка ноги врозь. По счету 1 - руки к плечам; 2 - руки поднять вверх, прогнуться; 3 - руки через стороны опустить вниз; 4 - вернуться в исходное положение. На счете 1 - 2 - вдох, на счете 3 - 4 - выдох. Повторить 3 раза.

Упражнение 2

Исходное положение - ноги врозь, руки перед грудью согнуты в локтях. По счету 1 - 2 - два рывка согнутыми руками назад; по счету 3 - 4 - два рывка назад прямыми руками; 5 - 6 - руки опустить. На счет 1 - 2 - выдох, 3 - 4 - вдох, 5 - 6 - выдох. Повторить 3 - 4 раза.

Упражнение 3

Исходное положение - ноги врозь, руки вверх. По счету 1 - не сдвигая с места ног, повернуть туловище вправо, 2 - прийти в исходное положение, по счету 3 - повернуть туловище влево, по счету 4 - вернуться в исходное положение. На счет 1 - вдох, на счет 2 - выдох, на счет 3 - вдох, на счет 4 - выдох. Повторить 3 - 4 раза.

Упражнение 4

Исходное положение - руки вниз, ноги широко расставить. По счету 1 - 2 - руки соединить в замок и поднять вверх за голову. По счету 3 - резко опустить руки вниз, по счету 4 - вернуться в исходное положение. На счет 1 - 2 - вдох, на счет 3 - 4 - выдох. Повторить 3 раза.

Это упражнение еще называют "рубка дров".

Все эти 4 упражнения выполняются в среднем темпе. Физкультминутку рекомендуется проводить после занятий на компьютере в игровой комнате и в комнате релаксации. Преподаватель по желанию может добавить или заменить некоторые упражнения другими. При этом важно учесть то, что физические упражнения должны быть направлены на снятие напряжения с верхнего плечевого пояса и улучшение кровообращения головы и всего тела ребенка. Недопустимо проведение физкультминуток в помещении компьютерного зала так же, как недопустимо позволять детям бегать и переходить на подвижные игры возле компьютеров.

Продолжительность этой гимнастики - не менее 1 мин., желательно 2 - 3 мин.; можно совмещать с офтальмотренажем.

При выполнении всех физических упражнений и офтальмотренажа необходимо выполнять еще одно условие: соблюдать режим проветривания. Если время летнее, то упражнения можно выполнять при открытых окнах или на свежем воздухе. Если зимнее время, то помещение проветривается и до, и после гимнастики.

**СРЕДСТВА ЗАЩИТЫ
ОТ ИЗЛУЧЕНИЙ ОПТИЧЕСКОГО ДИАПАЗОНА
И ЭЛЕКТРОМАГНИТНЫХ ПОЛЕЙ ПЭВМ**

N п/п	Средство профилактики неблагоприятного влияния ПЭВМ	Оказываемое профилактическое действие
1	Приэкранные защитные фильтры для видеомониторов	Снижают уровень напряженности электрического и электростатического поля, повышают контрастность изображения, уменьшают блики
2	Нейтрализаторы электрических полей промышленной частоты	Снижают уровень электрического поля промышленной частоты (50 Гц)
3	Очки защитные со спектральными фильтрами ЛС и НСФ, разрешенные Минздравом России для работы с ПЭВМ	Профилактика компьютерного зрительного синдрома, улучшение визуальных показателей видеомониторов, повышение работоспособности, снижение зрительного утомления

Приложение 14

к СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03
(справочное)

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ДАННЫЕ

N	Наименование документа	Номер документа
1	"Естественное и искусственное освещение"	СНиП 23-05-95
2	Гигиенические требования к микроклимату производственных помещений	СанПиН 2.2.4.548-96
3	Гигиенические требования к аэроионному составу воздуха производственных и общественных помещений	СанПиН 2.2.4.1294-03
4	Предельно допустимые концентрации (ПДК) вредных веществ в воздухе рабочей зоны	ГН 2.2.5.1313-03

5	Предельно допустимые концентрации (ПДК) загрязняющих веществ в атмосферном воздухе населенных мест	ГН 2.1.6.1338-03
6	Шум на рабочих местах, в помещениях жилых, общественных зданий и на территории жилой застройки. Санитарные нормы	СН 2.2.4/2.1.8.562-96
7	Производственная вибрация, вибрация в помещениях жилых и общественных зданий. Санитарные нормы	СН 2.2.4/2.1.8.566-96
8	Приказ Минздрава РФ "О порядке проведения предварительных и периодических медицинских осмотров работников и медицинских регламентах допуска к профессии"	14 марта 1996 г. N 90
9	Гигиенические рекомендации по рациональному трудоустройству беременных женщин	от 21.12.1993
10	Перечень медицинских противопоказаний к работе и производственному обучению подростков профессиям, общим для всех отраслей народного хозяйства, машиностроения, судостроения, приборостроения и других, связанных с ними производств	1988
11	Полимерные и полимерсодержащие строительные материалы, изделия и конструкции. Гигиенические требования безопасности	СанПиН 2.1.2.729-99
12	Приказ Минздрава России и Минобразования России "Совершенствование медицинского обеспечения детей в образовательных учреждениях"	N 186/272 от 30.06.1992
13	Временные перечни вредных, опасных веществ и производственных факторов, а также работ, при выполнении которых обязательны предварительные и периодические медицинские осмотры	Приказ Минздравмедпрома России и Госкомсанэпиднадзора России 280/88 от 05.10.95

14	Производственная гимнастика для работников умственного труда	М.: Физкультура и спорт, 1983
15	Приказ Минздрава РФ "О санитарно-эпидемиологической экспертизе продукции"	от 15 августа 2001 г. N 325 (с изменениями от 18 марта 2002 г.)
16	"Прямое измерение с многократным наблюдением. Методы обработки результатов наблюдений. Основные положения"	ГОСТ 8.207-76
17	Гигиенические критерии оценки и классификация условий труда по показателям вредности и опасности факторов производственной среды, тяжести и напряженности трудового процесса	Руководство Р 2.2.755-99

ПРАВИТЕЛЬСТВО РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**ПОСТАНОВЛЕНИЕ
от 15 декабря 2000 г. N 967****ОБ УТВЕРЖДЕНИИ ПОЛОЖЕНИЯ
О РАССЛЕДОВАНИИ И УЧЕТЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ
ЗАБОЛЕВАНИЙ**

Правительство Российской Федерации постановляет:

1. Утвердить прилагаемое Положение о расследовании и учете профессиональных заболеваний.
2. Министерству здравоохранения Российской Федерации давать разъяснения по применению Положения о расследовании и учете профессиональных заболеваний.

Председатель Правительства
Российской Федерации
М.КАСЬЯНОВ

Утверждено
Постановлением Правительства
Российской Федерации
от 15 декабря 2000 г. N 967

**ПОЛОЖЕНИЕ
О РАССЛЕДОВАНИИ И УЧЕТЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ
ЗАБОЛЕВАНИЙ****Общие положения**

1. Настоящее Положение устанавливает порядок расследования и учета профессиональных заболеваний.
2. Расследованию и учету в соответствии с настоящим Положением подлежат острые и хронические профессиональные заболевания (отравления), возникновение которых у работников и других лиц (далее именуются - работники) обусловлено воздействием вредных производственных факторов при выполнении ими трудовых обязанностей или производственной деятельности по заданию организации или индивидуального предпринимателя.

3. К работникам относятся:

- а) работники, выполняющие работу по трудовому договору (контракту);
- б) граждане, выполняющие работу по гражданско - правовому договору;
- в) студенты образовательных учреждений высшего и среднего профессионального образования, учащиеся образовательных учреждений среднего, начального профессионального образования и образовательных учреждений основного общего образования, работающие по трудовому договору (контракту) во время практики в организациях;
- г) лица, осужденные к лишению свободы и привлекаемые к труду;
- д) другие лица, участвующие в производственной деятельности организации или индивидуального предпринимателя.

4. Под острым профессиональным заболеванием (отравлением) понимается заболевание, являющееся, как правило, результатом однократного (в течение не более одного рабочего дня, одной рабочей смены) воздействия на работника вредного производственного фактора (факторов), повлекшее временную или стойкую утрату профессиональной трудоспособности.

Под хроническим профессиональным заболеванием (отравлением) понимается заболевание, являющееся результатом длительного воздействия на работника вредного производственного фактора (факторов), повлекшее временную или стойкую утрату профессиональной трудоспособности.

5. Профессиональное заболевание, возникшее у работника, подлежащего обязательному социальному страхованию от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний, является страховым случаем.

6. Работник имеет право на личное участие в расследовании возникшего у него профессионального заболевания. По его требованию в расследовании может принимать участие его доверенное лицо.

Порядок установления наличия профессионального заболевания

7. При установлении предварительного диагноза - острое профессиональное заболевание (отравление) учреждение здравоохранения обязано в течение суток направить экстренное извещение о профессиональном заболевании работника в центр государственного санитарно - эпидемиологического надзора, осуществляющий надзор за объектом, на котором возникло профессиональное заболевание (далее именуется - центр государственного санитарно - эпидемиологического надзора), и сообщение работодателю по форме, установленной Министерством здравоохранения Российской Федерации.

8. Центр государственного санитарно - эпидемиологического надзора, получивший экстренное извещение, в течение суток со дня его получения приступает к выяснению обстоятельств и причин возникновения

заболевания, по выяснении которых составляет санитарно - гигиеническую характеристику условий труда работника и направляет ее в государственное или муниципальное учреждение здравоохранения по месту жительства или по месту прикрепления работника (далее именуется - учреждение здравоохранения). Санитарно - гигиеническая характеристика условий труда составляется по форме, утверждаемой Министерством здравоохранения Российской Федерации.

9. В случае несогласия работодателя (его представителя) с содержанием санитарно - гигиенической характеристики условий труда работника он вправе, письменно изложив свои возражения, приложить их к характеристике.

10. Учреждение здравоохранения на основании клинических данных состояния здоровья работника и санитарно - гигиенической характеристики условий его труда устанавливает заключительный диагноз - острое профессиональное заболевание (отравление) и составляет медицинское заключение.

11. При установлении предварительного диагноза - хроническое профессиональное заболевание (отравление) извещение о профессиональном заболевании работника в 3-дневный срок направляется в центр государственного санитарно - эпидемиологического надзора.

12. Центр государственного санитарно - эпидемиологического надзора в 2-недельный срок со дня получения извещения представляет в учреждение здравоохранения санитарно - гигиеническую характеристику условий труда работника.

13. Учреждение здравоохранения, установившее предварительный диагноз - хроническое профессиональное заболевание (отравление), в месячный срок обязано направить больного на амбулаторное или стационарное обследование в специализированное лечебно - профилактическое учреждение или его подразделение (центр профессиональной патологии, клинику или отдел профессиональных заболеваний медицинских научных организаций клинического профиля) (далее именуется - центр профессиональной патологии) с представлением следующих документов:

а) выписка из медицинской карты амбулаторного и (или) стационарного больного;

б) сведения о результатах предварительного (при поступлении на работу) и периодических медицинских осмотров;

в) санитарно - гигиеническая характеристика условий труда;

г) копия трудовой книжки.

14. Центр профессиональной патологии на основании клинических данных состояния здоровья работника и представленных документов устанавливает заключительный диагноз - хроническое профессиональное заболевание (в том числе возникшее спустя длительный срок после прекращения работы в контакте с вредными веществами или

производственными факторами), составляет медицинское заключение и в 3-дневный срок направляет соответствующее извещение в центр государственного санитарно - эпидемиологического надзора, работодателю, страховщику и в учреждение здравоохранения, направившее больного.

15. Медицинское заключение о наличии профессионального заболевания выдается работнику под расписку и направляется страховщику и в учреждение здравоохранения, направившее больного.

16. Установленный диагноз - острое или хроническое профессиональное заболевание (отравление) может быть изменен или отменен центром профессиональной патологии на основании результатов дополнительно проведенных исследований и экспертизы. Рассмотрение особо сложных случаев профессиональных заболеваний возлагается на Центр профессиональной патологии Министерства здравоохранения Российской Федерации.

17. Извещение об изменении или отмене диагноза профессионального заболевания направляется центром профессиональной патологии в центр государственного санитарно - эпидемиологического надзора, работодателю, страховщику и в учреждение здравоохранения в течение 7 дней после принятия соответствующего решения.

18. Ответственность за своевременное извещение о случае острого или хронического профессионального заболевания, об установлении, изменении или отмене диагноза возлагается на руководителя учреждения здравоохранения, установившего (отменившего) диагноз.

Порядок расследования обстоятельств и причин возникновения профессионального заболевания

19. Работодатель обязан организовать расследование обстоятельств и причин возникновения у работника профессионального заболевания (далее именуется - расследование).

Работодатель в течение 10 дней с даты получения извещения об установлении заключительного диагноза профессионального заболевания образует комиссию по расследованию профессионального заболевания (далее именуется - комиссия), возглавляемую главным врачом центра государственного санитарно - эпидемиологического надзора. В состав комиссии входят представитель работодателя, специалист по охране труда (или лицо, назначенное работодателем ответственным за организацию работы по охране труда), представитель учреждения здравоохранения, профсоюзного или иного уполномоченного работниками представительного органа.

В расследовании могут принимать участие другие специалисты.

Работодатель обязан обеспечить условия работы комиссии.

20. Профессиональное заболевание, возникшее у работника, направленного для выполнения работы в другую организацию, расследуется комиссией, образованной в той организации, где произошел указанный случай профессионального заболевания. В состав комиссии входит полномочный представитель организации (индивидуального предпринимателя), направившей работника. Неприбытие или несвоевременное прибытие полномочного представителя не является основанием для изменения сроков расследования.

21. Профессиональное заболевание, возникшее у работника при выполнении работы по совместительству, расследуется и учитывается по месту, где выполнялась работа по совместительству.

22. Расследование обстоятельств и причин возникновения хронического профессионального заболевания (отравления) у лиц, не имеющих на момент расследования контакта с вредным производственным фактором, вызвавшим это профессиональное заболевание, в том числе у неработающих, проводится по месту прежней работы с вредным производственным фактором.

23. Для проведения расследования работодатель обязан:

а) представлять документы и материалы, в том числе архивные, характеризующие условия труда на рабочем месте (участке, в цехе);

б) проводить по требованию членов комиссии за счет собственных средств необходимые экспертизы, лабораторно - инструментальные и другие гигиенические исследования с целью оценки условий труда на рабочем месте;

в) обеспечивать сохранность и учет документации по расследованию.

24. В процессе расследования комиссия опрашивает сослуживцев работника, лиц, допустивших нарушение государственных санитарно - эпидемиологических правил, получает необходимую информацию от работодателя и заболевшего.

25. Для принятия решения по результатам расследования необходимы следующие документы:

а) приказ о создании комиссии;

б) санитарно - гигиеническая характеристика условий труда работника;

в) сведения о проведенных медицинских осмотрах;

г) выписка из журналов регистрации инструктажей и протоколов проверки знаний работника по охране труда;

д) протоколы объяснений работника, опросов лиц, работавших с ним, других лиц;

е) экспертные заключения специалистов, результаты исследований и экспериментов;

ж) медицинская документация о характере и степени тяжести повреждения, причиненного здоровью работника;

з) копии документов, подтверждающих выдачу работнику средств индивидуальной защиты;

и) выписки из ранее выданных по данному производству (объекту) предписаний центра государственного санитарно - эпидемиологического надзора;

к) другие материалы по усмотрению комиссии.

26. На основании рассмотрения документов комиссия устанавливает обстоятельства и причины профессионального заболевания работника, определяет лиц, допустивших нарушения государственных санитарно - эпидемиологических правил, иных нормативных актов, и меры по устранению причин возникновения и предупреждению профессиональных заболеваний.

Если комиссией установлено, что грубая неосторожность застрахованного содействовала возникновению или увеличению вреда, причиненного его здоровью, то с учетом заключения профсоюзного или иного уполномоченного застрахованным представительного органа комиссия устанавливает степень вины застрахованного (в процентах).

27. По результатам расследования комиссия составляет акт о случае профессионального заболевания по прилагаемой форме.

28. Лица, принимающие участие в расследовании, несут в соответствии с законодательством Российской Федерации ответственность за разглашение конфиденциальных сведений, полученных в результате расследования.

29. Работодатель в месячный срок после завершения расследования обязан на основании акта о случае профессионального заболевания издать приказ о конкретных мерах по предупреждению профессиональных заболеваний.

Об исполнении решений комиссии работодатель письменно сообщает в центр государственного санитарно - эпидемиологического надзора.

Порядок оформления акта о случае профессионального заболевания

30. Акт о случае профессионального заболевания является документом, устанавливающим профессиональный характер заболевания, возникшего у работника на данном производстве.

31. Акт о случае профессионального заболевания составляется в 3-дневный срок по истечении срока расследования в пяти экземплярах, предназначенных для работника, работодателя, центра государственного санитарно - эпидемиологического надзора, центра профессиональной патологии (учреждения здравоохранения) и страховщика. Акт подписывается членами комиссии, утверждается главным врачом центра государственного санитарно - эпидемиологического надзора и заверяется печатью центра.

32. В акте о случае профессионального заболевания подробно излагаются обстоятельства и причины профессионального заболевания, а также указываются лица, допустившие нарушения государственных санитарно - эпидемиологических правил, иных нормативных актов. В случае

установления факта грубой неосторожности застрахованного, содействовавшей возникновению или увеличению вреда, причиненного его здоровью, указывается установленная комиссией степень его вины (в процентах).

33. Акт о случае профессионального заболевания вместе с материалами расследования хранится в течение 75 лет в центре государственного санитарно - эпидемиологического надзора и в организации, где проводилось расследование этого случая профессионального заболевания. В случае ликвидации организации акт передается для хранения в центр государственного санитарно - эпидемиологического надзора.

34. Профессиональное заболевание учитывается центром государственного санитарно - эпидемиологического надзора, проводившим расследование, в порядке, устанавливаемом Министерством здравоохранения Российской Федерации.

* * *

35. Разногласия по вопросам установления диагноза профессионального заболевания и его расследования рассматриваются органами и учреждениями государственной санитарно - эпидемиологической службы Российской Федерации, Центром профессиональной патологии Министерства здравоохранения Российской Федерации, федеральной инспекцией труда, страховщиком или судом.

36. Лица, виновные в нарушении положений настоящего Положения, привлекаются к ответственности в соответствии с законодательством Российской Федерации.

Приложение
к Положению о расследовании
и учете профессиональных заболеваний

УТВЕРЖДАЮ
Главный врач центра
государственного санитарно -
эпидемиологического надзора

_____ (административная территория)

_____ (Ф.И.О., подпись)
" ____ " _____ год

Печать

АКТ
о случае профессионального заболевания

от " __ " _____ года

1. _____
(фамилия, имя, отчество и год рождения пострадавшего)

2. Дата направления извещения _____
(наименование лечебно -
профилактического учреждения,
юридический адрес)

3. Заключительный диагноз _____

4. Наименование организации _____
(полное наименование,

отраслевая принадлежность, форма собственности, юридический
адрес, коды ОКПО, ОКОНХ)

5. Наименование цеха, участка, производства _____

6. Профессия, должность _____

7. Общий стаж работы _____

8. Стаж работы в данной профессии _____

9. Стаж работы в условиях воздействия вредных веществ и
неблагоприятных производственных факторов _____

(виды фактически выполняемых работ в особых условиях,
не указанных в трудовой книжке, вносятся с отметкой
"со слов работающего")

10. Дата начала расследования _____

Комиссией в составе
председателя _____ и
(Ф.И.О., должность)

членов комиссии

(Ф.И.О., должность)

проведено расследование случая профессионального заболевания

(диагноз)

и установлено:

11. Дата (время) заболевания

(заполняется при остром профессиональном заболевании)

12. Дата и время поступления в центр государственного санитарно - эпидемиологического надзора извещения о случае профессионального заболевания или отравления _____

13. Сведения о
трудоспособности _____

(трудоспособен на своей работе, утратил

трудоспособность, переведен на другую работу, направлен
в учреждение государственной службы медико -
социальной экспертизы)

14. Профессиональное заболевание выявлено при медицинском
осмотре, при обращении (нужное подчеркнуть) _____

15. Имелось ли у работника ранее установленное
профессиональное заболевание, направлялся ли в центр
профессиональной патологии (к врачу - профпатологу) для
установления профессионального заболевания _____

16. Наличие профессиональных заболеваний в данном цехе,
участке, производстве или (и) профессиональной группе _____

17. Профессиональное заболевание возникло при обстоятельствах
и условиях: _____

(дается полное описание конкретных фактов

несоблюдения технологических регламентов,

производственного процесса, нарушения транспортного режима эксплуатации технологического оборудования, приборов, рабочего инструментария; нарушения режима труда, аварийной ситуации, выхода из строя защитных средств, освещения; несоблюдения правил техники безопасности, производственной санитарии; несовершенства технологии, механизмов, оборудования, рабочего инструментария; неэффективности работы систем вентиляции, кондиционирования воздуха, защитных средств, механизмов, средств индивидуальной защиты; отсутствия мер и средств спасательного характера, приводятся сведения из санитарно - гигиенической характеристики условий труда работника и других документов)

18. Причиной профессионального заболевания или отравления послужило: длительное, кратковременное (в течение рабочей смены), однократное воздействие на организм человека вредных производственных факторов или веществ _____
(указывается

количественная и качественная характеристика вредных производственных факторов в соответствии с требованиями гигиенических критериев оценки и классификации условий труда по показателю вредности и опасности факторов производственной среды, тяжести и напряженности трудового процесса)

19. Наличие вины работника (в процентах) и ее обоснование

20. Заключение: на основании результатов расследования установлено, что настоящее заболевание (отравление) является профессиональным и возникло в результате _____ . Непосредственной (указываются конкретные обстоятельства и условия) причиной заболевания послужило _____ (указывается конкретный вредный производственный фактор)

21. Лица, допустившие нарушения государственных санитарно - эпидемиологических правил и иных нормативных актов:

(Ф.И.О., с указанием нарушенных ими положений, правил и иных актов)

22. В целях ликвидации и предупреждения профессиональных заболеваний или отравлений предлагается:

23. Прилагаемые материалы расследования

24. Подписи членов комиссии:

Ф.И.О., дата

М.П.

**МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**

**ПРИКАЗ
от 28 мая 2001 г. N 176**

**О СОВЕРШЕНСТВОВАНИИ СИСТЕМЫ РАССЛЕДОВАНИЯ И УЧЕТА
ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Во исполнение Постановления Правительства Российской Федерации от 15.12.2000 N 967 "Об утверждении Положения о расследовании и учете профессиональных заболеваний" (Собрание законодательства Российской Федерации, 2000, N 52 (часть II), ст. 5149) приказываю:

1. Утвердить:

1.1. Форму извещения об установлении предварительного диагноза острого или хронического профессионального заболевания (отравления) (Приложение N 1).

Приказом Роспотребнадзора от 31.03.2008 N 103 утверждена Инструкция по составлению санитарно-гигиенической характеристики условий труда работника при подозрении у него профессионального заболевания.

1.2. Форму санитарно - гигиенической характеристики условий труда работника при подозрении у него профессионального заболевания (отравления) (Приложение N 2).

1.3. Форму извещения об установлении заключительного диагноза острого или хронического профессионального заболевания (отравления), его уточнении или отмене (Приложение N 3).

1.4. Форму журнала учета профессиональных заболеваний (отравлений) (Приложение N 4).

1.5. Форму карты учета профессионального заболевания (отравления) (Приложение N 5).

1.6. Инструкцию о порядке применения Положения о расследовании и учете профессиональных заболеваний, утвержденного Постановлением Правительства Российской Федерации от 15.12.2000 N 967 (Приложение N 6).

2. Органам управления здравоохранением субъектов Российской Федерации, центрам госсанэпиднадзора в субъектах Российской Федерации и регионах на транспорте:

2.1. Организовать обучение специалистов лечебно - профилактических и санитарно - эпидемиологических учреждений по вопросам расследования и учета профессиональных заболеваний (отравлений).

2.2. Принять меры, направленные на дальнейшее повышение качества расследования случаев профессиональных заболеваний и обеспечения медицинской помощью заболевших.

3. Главным врачам центров госсанэпиднадзора в субъектах Российской Федерации и регионах на транспорте:

3.1. Обеспечить компьютерную обработку карт учета и информации о профессиональном заболевании (отравлении), передачу ее за отчетный год в Федеральный центр госсанэпиднадзора Минздрава России в электронном виде и (или) на магнитных носителях для последующей ее обработки не позднее 1 февраля следующего за отчетным периодом года.

3.2. Обеспечить учет лиц с впервые выявленными профессиональными заболеваниями (отравлениями) по субъекту Российской Федерации и региону на транспорте в целом, независимо от ведомственной подчиненности и формы собственности организаций, на которых зарегистрировано профессиональное заболевание (отравление).

4. Федеральному центру госсанэпиднадзора Минздрава России обеспечить компьютерную обработку информации о профессиональных заболеваниях (отравлениях) в субъектах Российской Федерации и регионах на транспорте, проведение углубленного анализа профессиональной заболеваемости среди работников.

5. Не применять на территории Российской Федерации Приказ Министерства здравоохранения СССР от 30 сентября 1986 г. N 1303 "О совершенствовании системы регистрации, расследования, учета и анализа профессиональных заболеваний в СССР".

6. Контроль за исполнением настоящего Приказа возложить на первого заместителя Министра Г.Г. Онищенко.

Министр
Ю.Л.ШЕВЧЕНКО

Приложение N 1

Утверждено
Приказом
Министерства здравоохранения
Российской Федерации
от 28.05.2001 N 176

Форма N /У от ... 2001 г.

**ИЗВЕЩЕНИЕ
ОБ УСТАНОВЛЕНИИ ПРЕДВАРИТЕЛЬНОГО ДИАГНОЗА
ОСТРОГО ИЛИ ХРОНИЧЕСКОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
ЗАБОЛЕВАНИЯ (ОТРАВЛЕНИЯ)**

_____ N _____ от " __ " _____ 20__ г.

1. Фамилия, имя, отчество _____

2. Пол _____ 3. Возраст _____
(полных лет)

4. Наименование предприятия _____

(указывается наименование предприятия, организации,

учреждения, его ведомственная принадлежность)

5. Наименование цеха, отделения, участка _____

6. Профессия, должность _____

7. Предварительный диагноз (диагнозы) профессионального
заболевания (отравления), заболеваний (отравлений), дата его (их)
постановки

7.1. _____ 20__ г.

7.2. _____ 20__ г.

7.3. _____ 20__ г.

8. Вредные производственные факторы и причины, вызвавшие
заболевание или отравление _____

9. Наименование учреждения, установившего диагноз (диагнозы) _____

Главный врач _____
(подпись) (И.О.Ф.)

М.П.

Дата отправления извещения " __ " _____ 20__ г.

Подпись врача, пославшего извещение _____
(И.О.Ф.)

Дата получения извещения " __ " _____ 20__ г.

Подпись врача, получившего извещение _____
(И.О.Ф.)

Приложение N 2

Утверждено
Приказом
Министерства здравоохранения
Российской Федерации
от 28.05.2001 N 176

Код формы по ОКУД _____

Код учреждения по ОКПО _____

Министерство здравоохранения Российской Федерации Медицинская документация _____

Наименование учреждения

Форма N ___/у-2001 г.

УТВЕРЖДАЮ

Главный государственный
санитарный врач по

_____ (административная территория)

_____ (И.О.Ф., подпись)

" __ " _____ 20__ г.
дата

неэффективность работы вентиляции, кондиционирования воздуха, защитных средств, механизмов,

средств индивидуальной защиты; отсутствие мер и средств спасательного характера

Работа на открытой территории: показатели максимальной и минимальной среднемесячной температуры воздуха, относительная влажность, скорость ветра, интенсивность прямой солнечной радиации для данной местности, для теплого и холодного периодов _____

4.1. Детальное описание выполняемых технологических операций, производственной деятельности с указанием всех вредных факторов производственной среды и трудового процесса, их источников, длительность времени их воздействия в % (технологическая и техническая документация: ТР, ТК, хронометраж, технологический режим, материалы аттестации рабочих мест) _____

4.2. Состав и рецептура применяемых веществ и материалов (ГОСТ, ТУ, ТР, рабочая инструкция, инструкции по технике безопасности, санитарно - эпидемиологическое заключение и др.) _____

4.3. Характеристика режимов труда и отдыха: вахтовый метод, сменность, наличие, продолжительность и соблюдение регламентированных перерывов (табель учета рабочего времени), наличие сверхурочных работ _____

4.4. Использование средств индивидуальной защиты (СИЗ): марки, обеспеченность с учетом соответствующего неблагоприятного производственного фактора, систематичность применения, нарушение правил использования, хранения и применения (ГОСТ ССБТ, инструкция по охране труда) _____

5. Состояние производственной среды в зависимости от вредных

производственных факторов на рабочих местах. Данные лабораторных и инструментальных исследований (по возможности приводятся в динамике за 5 лет). Организации, их проводившие. Сведения о лабораториях (испытательных центрах), проводивших исследования, дата проведения указанных исследований. Если используются архивные или литературные данные, указать источник, год. Обязательно указывается время воздействия вредного фактора в течение смены ____

6. Содержание в воздухе рабочей зоны вредных веществ химической природы:

фактическая концентрация, ПДК, кратность превышения

6.1. _____

Вредные вещества 1 - 2 класса опасности, за исключением

перечисленных ниже

6.2. _____

Вредные вещества 3 - 4 класса опасности, за исключением

перечисленных ниже

6.3. _____

Вещества, опасные для развития острого отравления:

с остронаправленным механизмом действия, раздражающего действия

6.4. _____

Канцерогены

6.5. _____

Аллергены

6.6. _____

Противоопухолевые лекарственные средства,

гормоны (эстрогены)

6.7. _____

Наркотические анальгетики

6.8. Класс условий труда _____

7. Уровни загрязнения кожных покровов вредными веществами _____

согласно ГН

8. Содержание в воздухе рабочей зоны вредных веществ, биологической природы (фактический уровень, ПДК, превышение ПДК ____ раз)

8.1. _____

Микроорганизмы - продуценты, препараты, содержащие

-
- живые клетки и споры микроорганизмов
- 8.2. _____
- Белковые препараты
- 8.3. _____
- Патогенные микроорганизмы
- 8.4. Наличие контакта с возбудителями инфекционных и паразитарных заболеваний _____
- 8.5. Класс условий труда _____
-
9. Содержание в воздухе рабочей зоны аэрозолей преимущественно фиброгенного действия, асбестсодержащих пылей: фактическая концентрация, ПДК, кратность превышения
- 9.1. _____
- Пыли выраженно- и умеренно фиброгенные (А)
- 9.2. _____
- Пыли слабофиброгенные (В)
- 9.3. _____
- Асбестсодержащие пыли
- 9.4. Класс условий труда согласно _____
10. Шум, локальная и общая вибрация, инфра- и ультразвук (фактические уровни, ПДУ, степень превышения)
- 10.1. _____
- Шум (эквивалентный уровень звука, дБА)
- 10.2. _____
- Вибрация локальная (эквивалентный скорректированный уровень виброскорости, дБ)
- 10.3. _____
- Вибрация общая (эквивалентный скорректированный уровень виброскорости, дБ)
- 10.4. _____
- Инфразвук (общий уровень звукового давления, дБ Лин)
- 10.5. _____
- Ультразвук воздушный (уровни звукового давления в 1/3 октавных полосах частот, дБ)
- 10.6. _____
- Ультразвук контактный (уровень виброскорости, дБ)
- 10.7. Класс условий труда _____
11. Показатели микроклимата для производственных помещений (параметры, степень соответствия санитарным нормам)
- 11.1. _____

- 11.2. _____
Температура воздуха, град. С
- 11.3. _____
Скорость движения воздуха, м/с
- 11.4. _____
Влажность воздуха, %
- 11.5. _____
ТНС - индекс, град. С
- 11.6. _____
Тепловое излучение, Вт/м²
- 11.6. Класс условий труда _____
12. Световая среда. Основные характеристики. Степень соответствия показателей световой среды производственных помещений санитарно - гигиеническим нормам.
- Естественное освещение:
- 12.1. _____
(КЕО, %)
- Искусственное освещение:
- 12.2. _____
Освещенность рабочей поверхности (Е, лк)
- 12.3. _____
Показатель ослепленности, Р, отн. ед.
- 12.4. _____
Отраженная слепящая блескость
- 12.5. _____
Коэффициент пульсации освещенности, Кп, %
- 12.6. Класс условий труда _____
-
13. Параметры ионизирующих излучений ПДУ, степень превышения _____
-
- 13.1. Класс условий труда _____
-
14. Параметры неионизирующих электромагнитных полей и излучений, ПДУ, степень превышения _____
- 14.1. _____
Геомагнитное поле
- 14.2. _____
Электростатическое поле
- 14.3. _____
Постоянное магнитное поле
- 14.4. _____
Электрические поля промышленной частоты (50 Гц)
- 14.5. _____
Магнитные поля промышленной частоты (50 Гц)
- 14.6. _____

ЭМИ, создаваемые ВТД и ПВЭМ

14.7. _____

ЭМИ радиочастотного диапазона:

0,01 - 0,03 МГц

14.8. _____

0,03 - 3,0 МГц

14.9. _____

3,0 - 30,0 МГц

14.10. _____

30,0 - 300,0 МГц

14.11. _____

300,0 МГц - 300,0 ГГц

14.12. _____

ЭМИ оптического диапазона:

Лазерное излучение

14.13. _____

Ультрафиолетовое излучение

14.14. Класс условий труда _____

15. Показатели тяжести трудового процесса <*> _____

16. Общая оценка условий труда по показателям тяжести трудового процесса _____

17. Показатели напряженности трудового процесса <***>

17.1. Общая оценка напряженности труда _____

18. Общая оценка условий труда с учетом комбинированного и сочетанного воздействия всех вредных и опасных факторов производственной среды и трудового процесса определяется согласно Руководству Р 2.2.755-99 (п. 4.12, табл. 4.12.1)

19. Наличие, состояние и использование санитарно - бытовых помещений _____

20. Обеспеченность питанием, в т.ч. профилактическим, лечебно - профилактическим _____

21. Медицинское обеспечение (прохождение периодических медицинских осмотров), результаты _____

22. Имелось ли у работника ранее установленное профессиональное заболевание (отравление), направлялся ли в профцентр (к

профпатологу) для установления связи заболевания с профессией _____

23. Наличие профзаболеваний или отравлений в данном цехе, участке, профессиональной группе _____

24. Заключение о состоянии условий труда _____

25. Санитарно - гигиеническую характеристику по условиям труда составил врач отдела ЦГСЭН _____

наименование отдела, отделения

подпись _____
(И.О.Ф. полностью)

Согласовано заведующим отделом, отделением _____

С санитарно - гигиенической характеристикой ознакомлены:

Работодатель _____ подпись _____
(И.О.Ф. полностью)

Работник (доверенное лицо) _____
подпись _____
(И.О.Ф. полностью для доверенного лица)

Санитарно - гигиеническая характеристика составлена в ____ экз.

<*> Обязательно заполняется в случае подозрения на профессиональное заболевание костно - мышечной или периферической нервной системы, а также при смешанных формах. При отсутствии такого диагноза допускается указать общий класс тяжести по приоритетным признакам.

<***> Допускается указать класс напряженности по совокупности составляющих характеристик.

Приложение N 3

Утверждено
Приказом
Министерства здравоохранения
Российской Федерации
от 28.05.2001 N 176

Форма N ____/У от ... 2001 г.

**ИЗВЕЩЕНИЕ
ОБ УСТАНОВЛЕНИИ ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНОГО ДИАГНОЗА
ОСТРОГО ИЛИ ХРОНИЧЕСКОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
ЗАБОЛЕВАНИЯ (ОТРАВЛЕНИЯ), ЕГО УТОЧНЕНИИ ИЛИ ОТМЕНЕ**

_____ N _____ от " __ " _____ 20__ г.

1. Фамилия, имя, отчество _____
2. Пол _____
3. Возраст _____ (полных лет)
4. Наименование предприятия _____
(указывается наименование предприятия,

_____ организации, учреждения, его ведомственная принадлежность)

5. Наименование цеха, отделения, участка _____
6. Профессия, должность _____
7. Заключительный диагноз (диагнозы) профессионального заболевания или отравления (заболеваний или отравлений), дата его (их) постановки, изменения, уточнения или отмены:

7.1. _____
(в случае изменения, уточнения или отмены диагнозов также _____ 20__ г.

_____ указываются первоначальные диагнозы)

7.2. _____
_____ 20__ г.

7.3. _____

8. Вредные производственные факторы и причины, вызвавшие профзаболевание или отравление

* (нужное _____

подчеркнуть) _____

9. Причины изменения, уточнения или отмены диагноза (диагнозов)

10. Наименование учреждения, установившего, изменившего, уточнившего или отменившего диагноз (диагнозы) _____

Главный врач _____
(подпись) (И.О.Ф.)

М.П.

Дата отправления извещения " __ " _____ 20__ г.

Подпись врача, пославшего извещение _____
(И.О.Ф.)

Дата получения извещения " __ " _____ 20__ г.

Подпись врача, получившего извещение _____
(И.О.Ф.)

Приложение N 4

Утверждено
Приказом
Министерства здравоохранения
Российской Федерации
от 28.05.2001 N 176

Код формы по ОКУД Код учреждения по ОКПО

Министерство здравоохранения Российской Федерации		Медицинская документация Форма N .../у-... утверждена Минздравом России N от
Наименование учреждения		

ЖУРНАЛ
УЧЕТА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ (ОТРАВЛЕНИЙ)

Начат " __ " _____ 20__ г. Окончен " __ " _____ 20__ г.

N	Фамилия,	Пол	Воз-	Работо-	Отрасль	Наимено-	Профес-	Входящий	Регистра-	Входящий	Регистра-	Входящий	Регистра-
---	----------	-----	------	---------	---------	----------	---------	----------	-----------	----------	-----------	----------	-----------

п/п	имя, отчество		раст (полных лет)	датель	производства	вание объекта (цех, отделение, участок)	сия, должность	номер извещения об установлении предварительного диагноза острого или хронического профзаболевания (отравления) и дата его получения ЦГСЭН	ционный номер и дата извещения об установлении предварительного диагноза ЛПУ	номер извещения об установлении заключительного диагноза и дата его получения ЦГСЭН	ционный номер и дата извещения об установлении заключительного диагноза ЛПУ	номер извещения об изменении, уточнении или отмене диагноза и дата его получения ЦГСЭН	ционный номер и дата извещения об изменении, уточнении или отмене диагноза ЛПУ
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14

Номер и дата утверждения сан. - гиги. характеристики	Исходящий номер и дата отправления сан. - гиги. характеристики	Дата утверждения акта о случае профзаболевания	Исходящий номер и дата отправления акта о случае профзаболевания	Вид и форма профзаболевания или отравления (острое, хроническое)	Наименование учреждения, установившего окончательный диагноз	Исходы заболевания					
						Ближайшие исходы				Отдаленные исходы	
						без утраты трудоспособности	с временной утратой трудоспособности (амбулаторное лечение, госпитализация)	Временный перевод на другую работу	Смерть в течение первых 2-х суток после происшествия	Трудоспособен в своей профессии, должности	Стойкая утрата трудоспособности в своей профессии, должности
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28

Приложение N 5

Утверждено
Приказом
Министерства здравоохранения
Российской Федерации
от 28.05.2001 N 176

Министерство здравоохранения
Российской Федерации
Наименование учреждения

Код формы по ОКУД
Код учреждения по ОКПО

Медицинская документация
Форма N .../у

КАРТА УЧЕТА
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЗАБОЛЕВАНИЯ (ОТРАВЛЕНИЯ)

Дата заполнения

Регистрационный номер

Содержание сведений	№ стр.	код
Субъект Российской Федерации	1	<input type="text"/>
Районы субъекта Федерации	2	<input type="text"/>
Отрасль предприятий промышленности и народного хозяйства Российской Федерации	3	<input type="text"/>
Предприятие, учреждение	4	<input type="text"/>
Форма собственности	5	<input type="text"/>
Цех, отделение, участок	6	<input type="text"/>
Дата получения извещения о заключ. диагнозе профзаболевания (отравления)	7	<input type="text"/>
Число одновременно пострадавших, включая данное лицо	8	<input type="text"/>
Ф.И.О. пострадавшего	9	
Пол: мужской - 1, женский - 2	10	<input type="text"/>
Возраст (число лет)	11	<input type="text"/>
Профессия, должность	12	<input type="text"/>
Стаж работы в данной профессии, должности	13	<input type="text"/>
Стаж работы в контакте с вредным производственным фактором, вызвавшим профзаболевание (отравление)	14	<input type="text"/>
Вредные производственные факторы, послужившие причиной профзаболевания (отравления)		
1. Основной _____	15	<input type="text"/>
2. Сопутствующий _____	16	<input type="text"/>
Параметр основного фактора	17	<input type="text"/>

Параметры сопутствующих факторов	18	<input type="checkbox"/>
Обстоятельства возникновения профзаболевания (отравления) 1. _____ 2. _____	19	<input type="checkbox"/>
	20	<input type="checkbox"/>
Вид профзаболевания: заболевание - 1, отравление - 2	21	<input type="checkbox"/>
Форма профзаболевания: острое - 1, хроническое - 2	22	<input type="checkbox"/>
Диагнозы: 1. Основной	23	<input type="checkbox"/>
2. Сопутствующий	24	<input type="checkbox"/>
3. Сопутствующий	25	<input type="checkbox"/>
4. Сопутствующий	26	<input type="checkbox"/>
Профзаболевание (отравление) выявлено: при медосмотре - 1, при обращении - 2	27	<input type="checkbox"/>
Диагноз установлен: ЛПУ - 1, профцентром - 2, НИИ - 3	28	<input type="checkbox"/>
Тяжесть профзаболевания: без утраты трудоспособности - 1, с утратой трудоспособности - 2, смерть - 3	29	<input type="checkbox"/>
Меры, принятые ЦГСЭН	30	<input type="checkbox"/>
Ф.И.О. санитарного врача (полностью, подпись)	31	<input type="checkbox"/>

Приложение N 6

Утверждено
Приказом
Министерства здравоохранения
Российской Федерации
от 28.05.2001 N 176

**ИНСТРУКЦИЯ
О ПОРЯДКЕ ПРИМЕНЕНИЯ ПОЛОЖЕНИЯ О РАССЛЕДОВАНИИ
И УЧЕТЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ, УТВЕРЖДЕННОГО
ПОСТАНОВЛЕНИЕМ ПРАВИТЕЛЬСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ОТ 15.12.2000г. N 967**

Настоящая Инструкция разъясняет применение Положения о расследовании и учете профессиональных заболеваний, утвержденного Постановлением Правительства Российской Федерации от 15.12.2000 N 967, обязательна для всех лечебно - профилактических учреждений независимо от

ведомственной подчиненности, организационно - правовой формы и формы собственности, включая клиники профессиональных заболеваний научно - исследовательских и образовательных медицинских учреждений, центров государственного санитарно - эпидемиологического надзора в субъектах Российской Федерации (далее - центры госсанэпиднадзора), институтов усовершенствования врачей системы Министерства здравоохранения Российской Федерации, а также соответствующих учреждений Министерства транспорта Российской Федерации, Министерства путей сообщения Российской Федерации, Министерства обороны Российской Федерации, Министерства внутренних дел Российской Федерации, Министерства юстиции Российской Федерации, Главного управления специальных программ Президента Российской Федерации, Медицинского центра Управления делами Президента Российской Федерации, Федеральной пограничной службы Российской Федерации, Федеральной службы налоговой полиции Российской Федерации, Федеральной службы безопасности Российской Федерации, Федерального агентства правительственной связи и информации при Президенте Российской Федерации, Федеральной службы охраны Российской Федерации и Федерального управления медико - биологических и экстремальных проблем при Министерстве здравоохранения Российской Федерации, работодателей и работников.

I. Общие положения

1.1. Система учета профессиональных заболеваний (отравлений) предназначена для:

- срочного оповещения центров госсанэпиднадзора, осуществляющих учет профессиональных заболеваний в соответствии с санитарным законодательством Российской Федерации;
- проведения расследования обстоятельств и причин возникновения профессиональных заболеваний (отравлений);
- организации мероприятий по ликвидации и предупреждению воздействия вредных производственных факторов на здоровье человека;
- анализа состояния профессиональной заболеваемости в Российской Федерации и внедрения в практику более совершенных программ профилактики профзаболеваний.

1.2. Учет и регистрация профессиональных заболеваний (отравлений) ведется в центре госсанэпиднадзора на основании заключительных диагнозов, устанавливаемых в специализированных лечебно - профилактических учреждениях здравоохранения или их подразделениях.

1.3. Датой установления острого или хронического профессионального заболевания (отравления) следует считать дату установления заключительного диагноза учреждением здравоохранения.

1.4. Информация о видах фактически выполняемых работ в особых условиях, не указанных в трудовой книжке, внесенная в акт о случае профессионального заболевания со слов работника, принимается к сведению.

1.5. Центры госсанэпиднадзора ежегодно запрашивают медико - социальные экспертные комиссии (МСЭК) о степени утраты трудоспособности пострадавших для учета в журнале учета профессиональных заболеваний (отравлений) и ее анализа.

1.6. Оформление санитарно - гигиенической характеристики условий труда работника при подозрении у него профессионального заболевания (отравления) осуществляется в соответствии с Инструкцией по составлению санитарно - гигиенической характеристики условий труда при подозрении у него профессионального заболевания (отравления).

1.7. При несогласии работодателя (его представителя, работника) с санитарно - гигиенической характеристикой условий труда работника (далее санитарно - гигиеническая характеристика) он вправе, письменно изложив свои возражения, приложить их к санитарно - гигиенической характеристике, а также направить апелляцию в вышестоящее по подчиненности учреждение госсанэпиднадзора в срок не позднее 1 месяца со дня ее получения.

1.8. Для составления санитарно - гигиенической характеристики условий труда работника работодатель обязан представить представителям центра госсанэпиднадзора результаты производственного контроля, аттестации рабочих мест, а также данные лабораторных и инструментальных исследований вредных факторов производственной среды и трудового процесса, хронометражные данные и др., выполненные за счет собственных средств.

II. Порядок заполнения извещения и передачи информации об острых профзаболеваниях (отравлениях)

2.1. На каждый случай острого профессионального заболевания (отравления) врачом, выявившим профессиональное заболевание, или при наличии подозрения на профессиональное заболевание заполняется извещение об установлении предварительного диагноза (по форме согласно приложению N 1 к Приказу Минздрава России от 28.05.2001 N 176).

2.2. Извещения по установленной форме заполняются во врачебных здравпунктах, амбулаториях, поликлиниках, диспансерах, медсанчастях, стационарах всех типов, центрах профпатологии, клиниках или отделах профессиональных заболеваний медицинских научных организаций клинического профиля, учреждениях судебно - медицинской экспертизы.

2.3. Извещение направляется в течение суток с даты установления предварительного диагноза острого профессионального заболевания или отравления (в т.ч. группового с числом пострадавших 2 и более человек) или острого профессионального заболевания (отравления) со смертельным исходом; заболевания особо опасными инфекциями при подозрении на

профессиональный характер (сибирская язва, чума, холера, дифтерия, туберкулез, гепатит, бруцеллез, бешенство, ВИЧ - инфекция, др.) - в центр госсанэпиднадзора, осуществляющий надзор за объектом, на котором возникло острое профессиональное заболевание (отравление), и работодателю по форме (по форме согласно приложению N 1 к Приказу Минздрава России от 28.05.2001 N 176).

В случае острых профессиональных заболеваний (отравлений), при которых одновременно заболело (пострадало) 2 и более человек, извещение составляется на каждого больного.

Помимо направления извещения, руководитель учреждения здравоохранения, в котором выявлено или имеется подозрение на острое профзаболевание (отравление), обязан в течение суток известить об этом (по телефону, электронной почтой и др.) центр госсанэпиднадзора и работодателя.

2.4. В извещении указываются предварительный диагноз острого профессионального заболевания (отравления), факторы и причины, вызвавшие заболевание (отравление).

2.5. Учреждение здравоохранения, установившее заключительный диагноз острого профессионального заболевания (отравления), в 3-дневный срок направляет в центр госсанэпиднадзора, работодателю, страховщику и в учреждение здравоохранения, направившее больного, извещение (по форме согласно приложению N 2 к Приказу Минздрава России от 28.05.2001 N 176), в котором указывается заключительный диагноз острого профессионального заболевания (отравления), наименование установленных или предполагаемых вредных производственных факторов и причин, вызвавших заболевание.

2.6. При получении извещения об установлении диагноза острого профессионального заболевания (отравления) центр госсанэпиднадзора информирует территориального государственного инспектора труда.

III. Порядок извещения и передачи информации о хронических профессиональных заболеваниях (отравлениях)

3.1. Извещение об установлении предварительного диагноза хронического профессионального заболевания (отравления) заполняется (по форме согласно приложению N 1 к Приказу Минздрава России от 28.05.2001 N 176).

3.2. Центр госсанэпиднадзора при получении извещения в 2-недельный срок представляет в учреждение здравоохранения, установившее предварительный диагноз, санитарно - гигиеническую характеристику, предварительно получив следующие документы:

- копию трудовой книжки больного;

- результаты предварительного и периодических медицинских осмотров (при наличии, по возможности, за весь период работы);
- сведения о наличии у работника ранее установленного диагноза профзаболевания.

3.3. После установления заключительного диагноза хронического профессионального заболевания (отравления) специализированное лечебно - профилактическое учреждение (центр профпатологии, клиника или отдел профессиональных заболеваний медицинских научных организаций клинического профиля) составляет медицинское заключение и в 3-дневный срок направляет извещение об установлении заключительного диагноза хронического профессионального заболевания (отравления), его изменении, уточнении или отмене (по форме согласно приложению N 3 к Приказу Минздрава России от 28.05.2001 N 176) в центр госсанэпиднадзора, работодателю, страховщику и в учреждение здравоохранения, направившее больного.

3.4. Учреждения судебно - медицинской экспертизы обязаны немедленно известить (по телефону, электронной почтой и др.) центр госсанэпиднадзора о случаях смерти, причиной которых послужили острые профессиональные заболевания (отравления).

3.5. В соответствии с порядком о внеочередных донесениях центр госсанэпиднадзора при получении экстренного извещения обязан направить соответствующее предварительное донесение в вышестоящее учреждение. Окончательное донесение представляется не позднее чем через 15 дней после окончания расследования.

IV. Порядок расследования случаев профессиональных заболеваний (отравлений)

4.1. На каждый случай острого или хронического профессионального заболевания (отравления), не сопровождающегося временной утратой трудоспособности, учреждениями здравоохранения составляются извещения.

4.2. Расследование каждого случая острого или хронического профессионального заболевания (отравления) <*> проводится комиссией на основании приказа, издаваемого работодателем с момента получения извещения об установлении заключительного диагноза:

<*> Список профессиональных заболеваний определен Приказом Минздрава России от 14.03.96 N 90 "О порядке проведения предварительных и периодических медицинских осмотров работников и медицинских регламентах допуска к профессии" (не нуждается в государственной регистрации, письмо Минюста России от 30.12.1996 N 07-02-1376-96).

- незамедлительно, в соответствии с п. 2.1.2 (группового, со смертельным исходом, особо опасными инфекциями);

- в течение 24 часов - предварительного диагноза острого профессионального заболевания (отравления);
- в течение 10 суток - хронического профессионального заболевания (отравления).

В ходе расследования комиссией выявляются обстоятельства и причины возникновения случая, по результатам расследования специалистом (специалистами) центра госсанэпиднадзора составляется санитарно - гигиеническая характеристика условий труда работника.

4.3. Острые отравления, профессиональный характер которых установлен при расследовании несчастных случаев на производстве с участием представителей центра госсанэпиднадзора, подлежат расследованию в соответствии с Положением о расследовании и учете профессиональных заболеваний, утвержденным Постановлением Правительства Российской Федерации от 15.12.2000 N 967.

4.4. В процессе расследования:

- уточняются обстоятельства и определяются условия, способствующие возникновению острого профессионального заболевания (отравления);
- при необходимости определяется перечень проведения лабораторных и инструментальных исследований вредных производственных факторов;
- оценивается состояние санитарно - гигиенических условий труда работника при возникновении заболевания (отравления);
- на основе результатов обследования разрабатываются организационные, технические и санитарно - профилактические мероприятия по ликвидации и предотвращению случаев заболеваний (отравлений).

4.5. По результатам расследования случая профессионального заболевания (отравления) составляется в пяти экземплярах акт о случае профессионального заболевания (отравления) по установленной форме.

4.6. По результатам расследования случая профессионального заболевания (отравления) комиссией в 3-дневный срок по истечении срока расследования составляется акт.

В случае несогласия работодателя (его представителя, пострадавшего работника) с содержанием акта о случае профессионального заболевания (отравления) и отказа от подписи он (они) вправе, письменно изложив свои возражения, приложить их к акту, а также направить апелляцию в вышестоящее по подчиненности учреждение госсанэпидслужбы.

4.7. При необходимости акт о случае профессионального заболевания (отравления) может быть восстановлен или составлен вновь по результатам ретроспективного расследования профессионального заболевания (отравления), независимо от давности имевшего место и диагностированного в установленном порядке профессионального заболевания (отравления), или центром госсанэпиднадзора может быть выдан дубликат этого акта (заверенный печатью организации и подписью руководителя).

4.8. В случае ликвидации организации (предприятия) акт о случае профессионального заболевания (отравления) составляет комиссия,

созданная по распоряжению главного врача центра госсанэпиднадзора. В состав комиссии по расследованию включается специалист (специалисты) центра госсанэпиднадзора, представитель учреждения здравоохранения, профсоюзного или иного уполномоченного работниками представительного органа, страховщика. При необходимости могут привлекаться другие специалисты.

4.9. В случае подтверждения связи инфекционного заболевания или паразитарного заболевания с условиями труда расследование данного случая проводится врачом - эпидемиологом или врачом - паразитологом территориального центра госсанэпиднадзора с заполнением утвержденной Карты эпидемиологического обследования и вкладного листа, а также составлением акта о случае профессионального заболевания. Основным документом, устанавливающим возможность заражения инфекционным или паразитарным заболеванием при выполнении профессиональных обязанностей, служит Карта эпидемиологического обследования.

Карта эпидемиологического обследования является приложением к акту о случае профессионального заболевания и хранится вместе с ним.

Карта эпидемиологического обследования составляется в пяти экземплярах для: лечебно - профилактического учреждения, установившего диагноз инфекционного или паразитарного заболевания, центра госсанэпиднадзора, центра профпатологии, работодателя и работника.

V. Порядок расследования и учета профессиональных заболеваний у лиц, изменивших место работы

5.1. Если юридический и фактический адреса предприятия, организации, учреждения (работодателя) и иного места выполнения работы (учебы), на котором работает или работал пострадавший, различны, находятся в разных субъектах Российской Федерации, расследование случая профессионального заболевания (отравления), составление акта о случае профессионального заболевания, регистрация и учет случая проводятся центром госсанэпиднадзора, который осуществляет государственный санитарный надзор по фактическому расположению объекта, где произошло профессиональное заболевание (отравление).

В санитарно - гигиенической характеристике и акте в этом случае указываются два адреса: первый - фактическое место работы пострадавшего, второй - юридический адрес работодателя. Диспансерное наблюдение за больным в этом случае ведет учреждение здравоохранения по месту его жительства.

5.2. Если возникновение профессионального заболевания (отравления) было обусловлено воздействием вредных производственных факторов при работе на объектах, подконтрольных разным центрам госсанэпиднадзора, в т.ч. в разных субъектах Российской Федерации, то центр госсанэпиднадзора по последнему месту работы, получив извещение о предварительном

диагнозе профессионального заболевания (отравления), составляет санитарно - гигиеническую характеристику условий труда (при необходимости - на основании материалов, полученных из соответствующих центров госсанэпиднадзора по официальным запросам).

Извещение об установлении заключительного диагноза профессионального заболевания (отравления) направляется в центр госсанэпиднадзора по последнему месту работы пострадавшего в контакте с вредным производственным фактором, вызвавшим профессиональное заболевание (отравление), где и проводится расследование с составлением акта о случае профессионального заболевания и его регистрация.

VI. Порядок регистрации случаев профессиональных заболеваний в центрах госсанэпиднадзора

6.1. Для регистрации данных о пострадавших от профессиональных заболеваний (отравлений) в центрах госсанэпиднадзора ведется Журнал учета профессиональных заболеваний (отравлений) (по форме согласно приложению N 4 к Приказу Минздрава России от 28.05.2001 N 176).

6.2. Журнал ведется ответственным лицом, назначенным приказом главного врача центра госсанэпиднадзора.

6.3. Журнал заполняется на основании данных извещений об установлении, изменении, уточнении, отмене диагнозов профессиональных заболеваний (отравлений), актов о случаях профессиональных заболеваний (отравлений), а также полученных дополнительных сведений.

6.4. Центры госсанэпиднадзора на основании актов расследования случаев профессиональных заболеваний (отравлений), Журнала учета профессиональных заболеваний (отравлений) заполняют Карты учета профессионального заболевания (отравления) (по форме согласно приложению N 5 к Приказу Минздрава России от 28.05.2001 N 176) (для последующего углубленного анализа профессиональной заболеваемости (отравлений)).

6.5. Центры госсанэпиднадзора в обязательном порядке регистрируют:

- извещение об установлении предварительного диагноза острого или хронического профессионального заболевания (отравления);
- извещение об установлении заключительного диагноза острого или хронического профессионального заболевания (отравления), его уточнении или отмене;
- санитарно - гигиеническую характеристику условий труда работника при подозрении у него профессионального заболевания (отравления);
- акт о случае профессионального заболевания (отравления).

