

**APSTIPRINU**

Latgales industriālā tehnikuma  
direktore I. Ostrovska

---

2022.gada 30.novembrī

**Darba aizsardzības instrukcija Nr.5  
darbam ar biroja tehniku**

## 1. Mērķis

Novērst vai mazināt darba vides riskus, iemācot darbiniekiem drošas darba metodes un paņēmienus.

## 2. Nosacījumi darba veikšanai

- 2.1. Strādājot ar biroja tehniku (papīra kopēšanas, griešanas iekārtas, fakss, printeris, skeneris u.c.) atļauts darbiniekiem, kuri pārzina iekārtu lietošanas noteikumus, ražotāja izstrādātās instrukcijas darbam ar iekārtām. Šīm instrukcijām, noteikumiem jābūt pieejamiem jebkuram darbiniekam.
- 2.2. Zināt pamatprasības iekārtu izvietojumam un uzturēšanai:
  - 2.2.1. iekārtām jāatrodas uz stabila, līdzena pamata, vietās bez intensīvas vibrācijas,
  - 2.2.2. iekārtas nenovietot radiatoru, kādu citu sildierīču tuvumā vai tiešu saules staru ietekmes zonā,
  - 2.2.3. nepakļaut iekārtas tiešam mitrumam,
  - 2.2.4. iekārtu vadi nedrīkst atrasties darbinieka pārvietošanas ceļā, tos ieteicams nostiprināt vietās, kur darbiniekiem netraucē,
  - 2.2.5. vajadzības gadījumā jābūt iespējai ātri izvilkt jebkuras ierīces, iekārtas elektrisko kontaktdakšu no kontakta,
  - 2.2.6. ieteicams nepievienot iekārtas elektriskajam tīklam, izmantojot daudzpusīgo dalītāju, neizmantojot pagarinātājus, nesamezglot tīkla elektriskos vadus,
- 2.3. Ieteicamā gaisa temperatūra ir 18 - 24° C, gaisa kustības ātrums 0,1 – 0,3 m/s un relatīvais mitrums no 40 – 70 %.
- 2.4. Telpās, kur notiek darbs ar biroja tehniku, jānodrošina nepieciešamais apgaismojuma līmenis ne mazāk par 300 – 400 luksiem.
- 2.5. Iekārtas trokšņa līmenis nedrīkst pārsniegt 65 dB, ja rodas iespaids, ka troksnis ir paaugstināts, tad jāizslēdz iekārta un jāizsauc speciālists.
- 2.6. Pārzināt iekārtu ekspluatācijas pamatprasības un apkalpošanas metodes.
- 2.7. Atcerēties: kopētāju tuvumā izmantojot viegli uzliesmojošas vielas, to tvaiki nonāk kopētāja iekšpusē un elektriskajiem elementiem, kā rezultātā var notikt īssavienojums.
- 2.8. Zināt pirmās palīdzības sniegšanas paņēmienus cietušajam nelaimes gadījumā, pirmās palīdzības aptieciņas līdzekļu lietošanas kārtību un aptieciņas atrašanās vietu.
- 2.9. Ievērot tīrību un kārtību darba telpās un darba vietā (neaizkraut ar papīru u.c. darba vietu, papīra atkritumu savākšanai izmantot speciālu tvertni, to savlaicīgi iztukšot).
- 2.10. Lai novērstu statistiskās elektrības ietekmi, darbiniekiem ieteicams valkāt apģērbus no dabisko šķiedru audumiem.

## 3. Bīstamie un kaitīgie darba vides riska faktori

### 3.1. Fizikālie faktori

- 3.1.1. nepietiekama telpas ventilācija var radīt skābekļa trūkumu organismā – iespējams nogurums, pazemināta koncentrēšanas spēja, zūd uzmanība,
- 3.1.2. saaukstēšanas varbūtība caurvēja ietekmē – tā iespējamība palielinās telpu vēdināšanas laikā, kad durvis regulāri tiek atvērtas un aizvērtas, tiek atvērti logi,
- 3.1.3. paaugstināta telpas temperatūra apkures sezonas laikā – diskomforta sajūta, pazeminātas darba spējas,
- 3.1.4. apkures sezonas laikā iespējams pazemināts telpas gaisa relatīvais mitrums – diskomforta sajūta, elpošanas ceļu, deguna, acu gļotādas kairinājums, iekaisums,
- 3.1.5. nepietiekošs apgaismojums darba vietā, kā rezultātā rodas redzes sasprindzinājums,
- 3.1.6. apžilbināšanās no kopētāja lampas spilgtās gaismas,
- 3.1.7. bojāti elektrības kontakti – elektriskā trieciena, elektrošoka iespējamība,
- 3.1.8. elektriskās strāvas iedarbība, pieskaroties neizolētām strāvu vadošām daļām.

### 3.2. Traumēšanās faktori

- 3.2.1. papīra asas malas – sagriešanās iespēja,
- 3.2.2. roku traumēšanas papīra smalcinātājā,
- 3.2.3. ugunsbīstama vide.

**3.3. Fiziski- ergonomiskie faktori**

3.3.1. redzes sasprindzinājums.

**3.4. Ķīmiskie faktori**

3.4.1. paaugstināta ozona, slāpekļa oksīdu, papīra putekļu koncentrācija (nelabvēlīgi tiek ietekmēti darbinieku augšējie elpošanas ceļi, iespējams sausuma sajūta mutē, rīkles iekaisumi, klepus, aizdusa, galvassāpes, kā arī balsenes, bronhu un acu gļotādas iekaisums).

**3.5. Psihoemocionālie faktori**

3.5.1. darba laika organizācija (nepietiekoši atpūtas brīži, pārāk ilgs darba laiks pie kopējamā aparāta, laika trūkums, ātrs temps) – rada pastiprinātu nervu – psihisko slodzi,

3.5.2. nomācošs troksnis no iekārtām – var radīt nervozitāti, izjūtama stresa kaitīgā ietekme.

**4. Aizsardzības līdzekļi**

4.1. Pietiekams vispārējais apgaismojums darba telpā.

4.2. Piespiedu darba vietas ventilācija virs lieljaudas kopētājiem.

4.3. Biroja tehnikas regulāra tehniskā uzraudzība, apkopes.

**5. Darba aizsardzības prasības darbu uzsākot**

5.1. Sakārtot savu darba vietu tā, lai būtu ērti strādāt.

5.2. Nestrādāt pie iekārtām, kuras nav lietošanas kārtībā.

5.3. Par novērotiem tehnikas bojājumiem ziņot darba vadītājam un līdz to novērš darbu neuzsākt.

**6. Darba aizsardzības prasības, veicot darbu**

6.1. Darbiniekam aizliegts atstāt darba telpu, ja tajā atrodas nepiederošas personas.

6.2. Darba telpa darba dienas laikā jāuztur tīrībā un kārtībā.

6.3. Uz biroja tehniskajām iekārtām nenovietot dažādus priekšmetus, neaizkraut pieeju pie iekārtas un tās apkārtni.

6.4. Papīra griezēja atkritumu savākšanai jābūt kastē, tā regulāri jāiztīra.

6.5. Ievērot visas brīdinājuma zīmes, kas izvietotas uz iekārtas.

6.6. Kopējot, printējot ievērot paredzētos papīra veidus (nelietot pārāk plānu, pārāk biezu vai smagu papīru, kā arī neizmantojot saburzītu papīru), uzmanīties no tā asajām malām, lai nesagrieztu pirkstus.

6.7. Ievietojot papīru iekārtās, sekot, lai tajā nebūtu saspraudes, skavas u.c.

6.8. Aizliegts atvienot iekārtu no kontakta, velkot aiz vada.

6.9. Neveikt elektriskā vada, kontaktdakšas un kontaktligzdas remontu vai nomaiņu – to uzticēt speciālistam.

6.10. Neizslēgt barošanas slēdzi vai neatvērt kopētāja priekšējo vāku kopēšanas laikā.

6.11. Aizliegts atvērt vai noņemt iekārtu aizsargvākus vai veikt remonta darbus. Šos darbus var veikt speciāli apmācīts darbinieks ar elektrodrošības kvalifikācijas grupu.

6.12. Darba laikā stingri ievērot iekārtu ekspluatācijas prasības, ieslēgšanas un izslēgšanas kārtību, neizņemt iestrēgušo papīru ar pinceti, šķērēm, nazi vai citiem asiem priekšmetiem, pie tam iekārta noteikti jāatvieno no elektrotīkla. Ja nav iespējams izņemt papīru no kopētāja, printera vai faksa bez tā detaļu noņemšanas, izsaukt servisa speciālistu.

6.13. Izņemot izlietoto tonera kaseti no iekārtas, rīkoties uzmanīgi. Neizkaisīt pulveri, lai tas neieklūst acīs vai mutē. Ja tā notiek, nekavējoties izmazgāt acis vai muti ar aukstu ūdeni, nepieciešamības gadījumā – konsultēties pie ārsta.

6.14. Vienmēr atvienot iekārtas no elektriskās strāvas pirms to tīrīšanas, apkopes.

6.15. Visu darba laiku ievērot piesardzību, būt uzmanīgam. Ievērot personīgās un darba higiēnas prasības.

6.16. Nenovietot uz biroja tehnikas mitrās drānas, nepieļaut ūdens iekļūšanu iekārtās.

6.17. Smagumu pārvietošanā ievērot noteiktās maksimālās normas (sievietēm – 15 kg, zēniem vecumā no 16 līdz 18 gadiem – 10 kg, meitenēm šajā pašā vecumā – 4 kg, vīriešiem – 35 – 40 kg).

6.18. Atklājot traucējumus iekārtu darbībā, ziņot darbu vadītājam.

## 7. Prasības darbu beidzot

- 7.1. Pēc darba beigšanas izslēgt iekārtas saskaņā ar iekārtas ekspluatācijas instrukcijas prasībām.
- 7.2. Sakārtot savu darba vietu.
- 7.3. Izslēgt ventilāciju un apgaismojumu.
- 7.4. Aizejot no darba rīkoties saskaņā ar darba kārtības noteikumu prasībām.

## 8. Rīcība bīstamās situācijās

- 8.1. Ja tiek atklāti bojājumi datora darbā, paziņot savam vadītājam, kā arī pārtraukt datora ekspluatāciju.
- 8.2. Ja pēkšņi tiek pārtraukta elektroenerģijas padeve, izslēgt visu patērētāju slēdžus.
- 8.3. Ja ir jūtama izolācijas degšanas smaka, radās īssavienojums vai pārtrūkums elektropadeves sistēmā, atslēgt datoru no elektrotīkla.
- 8.4. Ja uz iekārtu korpusa jūtams elektriskās strāvas spriegums, nekavējoties izslēgt atbilstošo iekārtu.
- 8.5. Ugunsgrēka gadījumā:
  - 8.5.1. Paziņot savam vadītājam un darba aizsardzības speciālistam;
  - 8.5.2. Stāties pie ugunsgrēka dzēšanas ar darba vietā esošajiem ugunsdzēsšanas līdzekļiem;
  - 8.5.3. Nepieciešamības gadījumā izsaukt ugunsdzēsēju komandu pa tel. **112**;
  - 8.5.4. Evakuēt personālu un materiālās vērtības no bīstamās zonas;
  - 8.5.5. Atslēgt elektroenerģijas padevi un ventilācijas sistēmu;
  - 8.5.6. Cietušajiem veikt pirmās neatliekamās palīdzības pasākumus.
  - 8.5.7. Aizliegts dzēst iekārtas, kas atrodas zem sprieguma, ar ūdeni.
- 8.6. Ja notika nelaimes gadījums:
  - 8.6.1. Paziņot savam vadītājam un darba aizsardzības speciālistam;
  - 8.6.2. Veikt pirmās neatliekamās palīdzības pasākumus cietušajam ar medicīnas aptieciņā esošajiem līdzekļiem;
  - 8.6.3. Ja nepieciešams- izsaukt medikus pa tel. **112 vai 113**.
  - 8.6.4. Ja tas neapdraud strādājošo cilvēku dzīvību un veselību vai netraucē tehnoloģiskā procesa gaitu.

**Sastādīja:** darba aizsardzības speciālists \_\_\_\_\_ S. Naglis