

КОМПЬЮТЕР И БЕЗОПАСНОСТЬ

Правильно организуйте искусственное освещение!

Светильники с электронным пускорегулировочным аппаратом и люминесцентные лампы ЛБ, ЛТБ, ЛТБЦ

***Проверяйте освещенность люксметром**

***Регулируйте положение светильника, что бы на экране монитора не возникало бликов**

***Время от времени подстраивайте яркость экрана, проверяйте ее яркомером**

Светильник местного освещения с непросвечивающим отражателем

Включи аэроионизатор!

Необходимая концентрация аэроионов в зоне дыхания $600 - 50\,000$ в 1 см^3

Контролируют счетчиками не реже одного раза в год

Соблюдайте безопасное расстояние от экрана монитора до глаз

60-70 см

Нормы освещенности:

Экрана - не более 300 ЛК

Стола - 300-500 ЛК

Коэффициент пульсации освещенности - не более 5%

Яркость экрана должна быть не менее 35 кд/м^2

Вредные воздействия монитора

Избыточный видимый свет (особенно сине-фиолетовый)

Напряженность полей:

- электрического
- магнитного
- электростатического

Неравномерная яркость, блики

Микроклимат

температура $21-25\text{ }^\circ\text{C}$

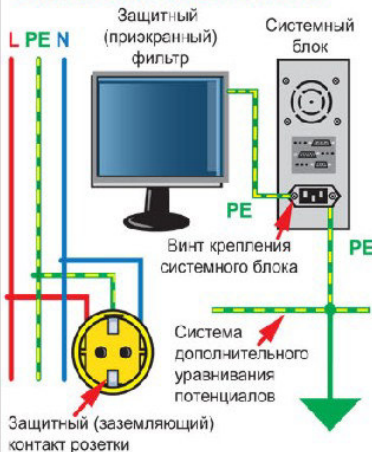
относительная влажность 40-60 %

скорость движения воздуха не более 0,1 м/с

разность температур на уровне пола и на уровне головы сидящего оператора - не более $3\text{ }^\circ\text{C}$

Ежедневная влажная уборка помещения обязательна!

Заземление обязательно



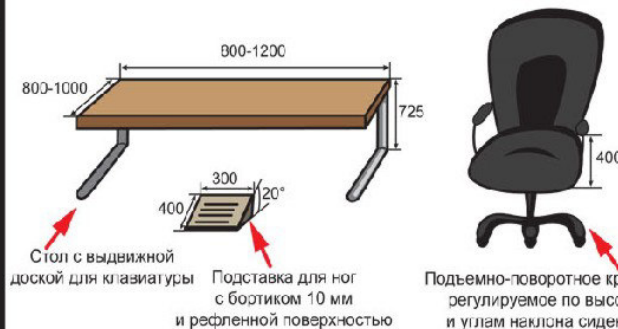
Минимальные размеры рабочего места:

Дисплей с электронно-лучевой трубкой

Объем 20 м^3
Высота не менее 3 м
Площадь 6 м^2

Жидко-кристаллический дисплей

Объем $15-20\text{ м}^3$
Высота не менее 3 м
Площадь $4,5\text{ м}^2$



Предпочтительная ориентация окон - на север или северо-восток

Регулируемые жалюзи на окнах

Расстояние между столами не менее 1,2 м

Покрывтие пола - из негорючего материала, не накапливающего электростатический заряд

Оберегайте монитор от попадания влаги



Запрещается самостоятельно вскрывать монитор, просовывать внутрь металлические предметы

Не загромождайте вентиляционные отверстия монитора

Держите монитор подальше от источников тепла!

Избегайте сгибов и защемлений питающего кабеля

Перед включением проверьте:

- исправность разъемов
- отсутствие изломов и повреждений изоляции проводов
- отсутствие открытых токоведущих частей

Сначала воткните сетевой шнур в системный блок и только за тем в сеть!

Профессиональные пользователи должны проходить предварительный (перед поступлением на работу) и периодические медосмотры. К работе с компьютером допускаются только лица, не имеющие медицинских противопоказаний

Беременным и кормящим матерям компьютер вреден!