<http://prom-nadzor.ru/content/instrukciya-po-ohrane-truda-dlya-programmista-pevm>

В информационном ресурсе хорошо описаны различные негативные воздействия на организм программиста при выполнении работы и подробные требования безопасности перед, во время и после работы и в аварийных ситуациях.