**4 Охрана труда**

Охрана труда представляет собой систему мер, направленных на сохранение жизни и здоровья работников в процессе трудовой деятельности. Включает правовые, социально-экономические, организационно-технические, санитарно-гигиенические, лечебно-профилактические, реабилитационные и другие мероприятия и средства. Основная цель охраны труда – создание безопасных и здоровых условий труда, предупреждение производственного травматизма и профессиональных заболеваний.

В Республике Беларусь охрана труда регулируется широким спектром нормативных актов:

Закон Республики Беларусь от 23 июня 2008 г. № 356-З «Об охране труда»: Основной нормативный акт, определяющий правовые основы охраны труда в Беларуси. Закон устанавливает обязательства работодателей по обеспечению безопасных условий труда и права работников на защиту их жизни и здоровья;

Трудовой кодекс Республики Беларусь: Раздел VIII «Охрана труда» (статьи 225–238): Определяет обязанности работодателей и права работников в области охраны труда, а также регулирует вопросы социального страхования и компенсаций за вред, причиненный здоровью работников;

Постановление Министерства труда и социальной защиты Республики Беларусь от 24 декабря 2013 г. № 130 «Об утверждении Типовой инструкции по охране труда при работе с персональными электронными вычислительными машинами», содержит конкретные инструкции и правила по охране труда для работников, использующих компьютеры в своей деятельности;

ГОСТ 12.0.004-2015 «Система стандартов безопасности труда (ССБТ). Организация обучения безопасности труда. Общие положения», устанавливает требования к организации обучения работников безопасным методам и приемам выполнения работ, включая вводный инструктаж и периодические повторные инструктажи;

Санитарные правила и нормы (СанПиН) 2.2.2.1371-03 «Гигиенические требования к видеодисплейным терминалам, персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы», определяет санитарно-гигиенические требования к рабочим местам с компьютерами, включая нормы освещенности, микроклимата и эргономики.

Основные требования охраны труда включают:

Организация рабочего пространства:

Рабочие места должны быть оборудованы в соответствии с эргономическими требованиями, обеспечивающими правильную осанку и минимизирующими физическую нагрузку на работников. Данные требования регулируется СанПиН 2.2.2.1371-03.

Должна быть предусмотрена достаточная освещенность рабочих мест и удобное размещение оборудования для предотвращения зрительного напряжения;

Обучение и инструктаж:

Работодатели обязаны проводить обучение работников безопасным методам и приемам выполнения работ. Что включает вводный инструктаж при приеме на работу, а также периодические повторные инструктажи в соответствии с ГОСТ 12.0.004-2015;

Медицинские осмотры:

Работники должны проходить предварительные и периодические медицинские осмотры для выявления возможных профессиональных заболеваний, и предотвращения их развития. Данные требования изложены в Законе «Об охране труда» и Трудовом кодексе Республики Беларусь.

Несоблюдение требований охраны труда может привести к серьезным последствиям для здоровья работников, включая:

Профессиональные заболевания:

Заболевания опорно-двигательного аппарата (артрит, остеохондроз) из-за неправильной организации рабочего места и длительного сидения;

Зрительные расстройства (синдром компьютерного зрения), вызванные продолжительной работой за компьютером без регулярных перерывов;

Психоэмоциональное напряжение и стресс, приводящие к выгоранию и снижению работоспособности.

Производственные травмы:

Травмы, вызванные неудовлетворительными условиями труда, такими как неправильное размещение оборудования или недостаточное освещение;

Несчастные случаи, вызванные отсутствием необходимых средств защиты или нарушением правил безопасности.

Снижение производительности и качества работы:

Постоянные дискомфорт и усталость могут привести к снижению эффективности труда, увеличению числа ошибок и снижению качества выполняемых работ.

Для предотвращения негативных последствий и обеспечения безопасных условий труда следует соблюдать следующие меры:

Эргономика рабочего места:

Обеспечить использование эргономичной мебели, регулируемых стульев и столов. Мониторы должны быть установлены на уровне глаз, чтобы избежать напряжения шеи и спины. Перечисленные требования отражены в СанПиН 2.2.2.1371-03;

Регулярные перерывы каждые 30-60 минут для разминки и выполнения простых упражнений.

Освещение и климат:

Рабочие места должны быть хорошо освещены естественным светом или искусственными источниками с регулируемой яркостью. Избегать бликов на экране;

Поддержание комфортной температуры и влажности в помещении способствует поддержанию хорошего самочувствия и продуктивности сотрудников.

Психологический комфорт и режим работы:

Создавать благоприятную рабочую атмосферу, организовывать зоны для отдыха и поощрять здоровый баланс между работой и личной жизнью;

Регулировать рабочую нагрузку, чтобы избежать чрезмерного стресса и переутомления.

Использование средств индивидуальной защиты (СИЗ) и соблюдение инструкций:

Обеспечивать работников необходимыми средствами индивидуальной защиты и следить за их правильным использованием;

Проводить регулярные инструктажи по безопасности и обучать работников правильным методам работы.

Соблюдение перечисленных требований и норм охраны труда позволяет минимизировать риски для здоровья работников и создать безопасные и комфортные условия труда, что в конечном итоге способствует повышению производительности и качества выполняемых работ.