ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ЧИТИНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ МЕДИЦИНСКАЯ АКАДЕМИЯ (ФГБОУ ВО ЧГМА МИНЗДРАВА РОССИИ)

СОГЛАСОВАНО	**УТВЕРЖДАЮ**
Председатель первичной организации профсоюза сотрудников и обучающихся ЧГМА	**Ректор Читинской государственной медицинской академии**
_____ Е. В. РОЗУМНАЯ	**_____ Д.Н. ЗАЙЦЕВ**
«30» декабря 2022г	**«30» декабря 2022г**

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда при работе на открытом воздухе в условиях высоких температур

ИОТ - 50 -2022

Чита - 2022

Настоящая инструкция разработана на основании следующих нормативных документов: с учетом требований законодательных и иных нормативных правовых актов по охране труда, изложенных в: Разделе IX СанПиН 2.2.3.1384-03 «Гигиенические требования к организации строительного производства и строите льных работ» , Разделе 7.2 СанПиН 2.2.2.540-96 «Гигиенические требования к ручным инструментам и организации работ», методических рекомендации МР 2.2.8.0017-10 Методические рекомендации «Гигиена труда. Средства коллективной и индивидуальной защиты. Режимы труда и отдыха работающих, в нагревающем микроклимате»

Настоящая инструкция предназначена для работников работающих в условиях повышенной температуры наружного воздуха, для ознакомления их с вредными и опасными производственными факторами на рабочих местах, а также мерами и требованиями безопасности, соблюдение которых обеспечивает сохранение жизни и здоровья работника в процессе трудовой деятельности.

Введение

Настоящая инструкция применятся при возникновении следующих условий:

превышения (допустимых) температур воздуха на рабочих местах :

- 28 °С при занятости на легких физических работах (категория I);
- 27 °С при занятости на средней тяжести физических работах (категория II);
- 26 °С при занятости на тяжелых физических работах (категория III);

вне производственных помещений:

- установления среднесуточной температуры наружного воздуха выше 32 °С;
- установления на рабочих местах водителей автобусов, грузовых, легковых и специальных автомобилей (землеройные машины, тракторы, бульдозеры и другие автомобили) (далее – водители) и на рабочих местах машинистов крана (крановщиков) грузоподъемных кранов всех типов с кабиной управления температуры выше 25 °С.

Нагревающий микроклимат — сочетание параметров микроклимата (температура воздуха, влажность, скорость его движения, относительная влажность, тепловое излучение), при котором имеет место нарушение теплообмена человека с окружающей средой, выражающееся в накоплении тепла в организме выше верхней границы оптимальной величины (>0,87 кДж/кг) и/или увеличении доли потерь тепла испарением пота (>30%) в общей структуре теплового баланса, появлении общих или локальных дискомфортных теплоощущений (слегка тепло, тепло, жарко).

ТНС-индекс — эмпирический интегральный показатель (выраженный в °С), отражающий сочетанное влияние температуры воздуха, скорости его движения, влажности и теплового облучения на теплообмен человека с окружающей средой.

1. Общие требования охраны труда

1.1 К работе в условиях нагревающего микроклимата допускаются лица, прошедшие медицинские осмотры в соответствии с действующими приказами Минздравсоцразвития России и не имеющие противопоказаний, освоившие требования данной инструкции, имеющие удостоверение на право самостоятельной

работы, обученные технологиям проведения работ, правилам пользования средствами индивидуальной защиты, способам оказания первой доврачебной помощи, прошедшие проверку знаний требований охраны труда.

1.2 Работы в нагревающем микроклимате проводятся при соблюдении мер профилактики перегревания и рекомендаций относительно режима работ, изложенных в данной инструкции.

1.3 Работа в нагревающем микроклимате сопровождается напряжением деятельности различных функциональных систем организма, обеспечивающих температурный гомеостаз, и приводит к ухудшению самочувствия, снижению работоспособности и производительности труда, может быть причиной нарушения состояния здоровья.

1.4 Одним из способов уменьшения термической нагрузки на организм работника может быть снижение продолжительности ее воздействия, направленное на сохранение должного теплового состояния человека.

1.5 Повышенная температура воздуха, обусловленная сочетанным действием теплового, инфракрасного, лучевого излучения, конвективного тепла (в зависимости от вида производственных процессов и оборудования), а на работах на открытой территории дополнительно ультрафиолетового излучения, вызывает нарушение состояния здоровья, ведет к возникновению общих и локальных ощущений теплового дискомфорта, напряжению механизмов терморегуляции, ухудшению самочувствия и понижению работоспособности, а с учетом индивидуального состояния здоровья может привести к летальному исходу

При производстве работ в условиях повышенной температуры наружного воздуха
необходимо учитывать возможность воздействия на работающих опасных и вред ных производственных факторов:

повышенных температур рабочей зоны (поверхности технологического оборудования, ограждающие устройства). Чтобы этого избежать следует строго соблюдать правила, инструкции и иные нормативные документы, быть внимательным и правильно применять инструменты, приспособления, соответствующие СИЗ, безопасные методы и приёмы работ;

- **ушибы, переломы и другие травмы вследствие обморока, теплового или солнечного удара**. Недостаточный воздухообмен в помещениях предприятий (духота) ослабляет внимание, вызывает нервозность, раздражительность и как результат снижает производительность и качество труда. В то же время высокая подвижность воздуха (сквозняки) вызывает простудные заболевания. Для предотвращения необходимы перерывы на отдых, во время регламентированных перерывов отдыхать в санитарно-бытовых помещениях с оптимальным микроклиматом, который может быть обеспечен путем использования кондиционеров или систем радиационного охлаждения;
- **тепловое излучение.** Тепловое (инфракрасное) излучение представляет собой часть электромагнитных излучений, энергия которых при поглощении тканями человеческого тела вызывает их нагревание. Интенсивное и длительное тепловое

облучение может привести к ожогам, перегреву тела, истощению обменных процессов, нарушению деятельности сердечнососудистой и нервной систем, возбуждению, заболеванию глаз. После органов зрения наиболее поражаемым у человека является кожный покров. При хроническом облучении могут появиться стойкие изменения пигментации, красный цвет лица у рабочих, работнику необходимо использовать спецодежду и средства защиты, а также не забывать об обязательном ношении головного убора при работе на открытых территориях, а также, соблюдать рациональный режим труда и отдыха.

1.8 Нагревающий микроклимат рассматривают как негативный фактор. Высокая температура воздуха способствует быстрой утомляемости работающего, может привести к перегреву организма, тепловому удару или профзаболеванию. У работающих длительное время при повышенной температуре происходит нарушение водно-солевого обмена, связанное с дефицитом в организме ионов калия. Перегрев организма — возможная причина несчастного случая на производстве (теплового удара).

Работнику разрешается выполнять только работы, предусмотренные его трудовыми обязанностями, а также осуществлять иные правомерные действия, обусловленные трудовыми отношениями с работодателем либо в его интересах.

В процессе работы работник обязан:

- содержать в чистоте свое рабочее место, правильно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты и приспособления, обеспечивающие безопасность труда;
- обращать внимание на поведение других работников, выполнение ими личных мер безопасности, напоминать им о необходимости использования безопасных приемов труда, выполнения требований охраны труда, производственной санитарии, пожарной и газовой безопасности.

Требования настоящей инструкции являются обязательными к исполнению. Работник, допустивший нарушения требований настоящей инструкции, может быть привлечен к дисциплинарной ответственности согласно правилу внутреннего распорядка. Если эти нарушения повлекли причинение имущественного ущерба предприятию, работник несет и материальную ответственность

2. Требования охраны труда перед началом работы

2.1 Получить задание от непосредственного руководителя на выполнение определенного вида работ или определенных видов работ.

Перед началом выполнения работ работник обязан:

2.2 проверить наличие и исправность средств индивидуальной защиты, одеть полагающуюся специальную одежду, специальную обувь, с обязательным применением рукавиц, перчаток и головных уборов (кепка, бейсболка);

2.3 пройти инструктаж у руководителя работ, с регистрацией в «Журнале инструктажа на рабочем месте»;

2.4 осмотреть, привести в порядок и надеть спецодежду. Если требуется применение СИЗ и предохранительных приспособлений, то необходимо проверить их комплектность и исправность.

2.5 При выполнении работ на открытой территории в условиях повышенной температуры наружного воздуха работники должны применять следующие СИЗ:

- костюм летний из термостойкой и антистатической ткани
- ботинки или сапоги;
- рукавицы или перчатки;
- кепка или бейсболка

3.Требования охраны труда во время работы.

3.1 При разработке режима работы следует ориентироваться на допустимую степень нагревания работающих, регламентируемую временем непрерывного пребывания в условиях повышенной температуры наружного воздуха и временем отдыха в целях нормализации теплового состояния организма.

3.2 Рекомендации по режиму работ, постоянно проводимых в нагревающей среде, даны исходя из обеспечения допустимого (на период 8-часовой рабочей смены) теплового состояния человека.

Температура воздуха, град. С	Продолжительность непрерывного пребывания на рабочем месте, мин.	Продолжи-тельность отдыха, мин.	Отношение времени пребывания в нагревающей среде ко времени отдыха
50	11	20	0,55
48	12	20	0,60
46	13	20	0,65
44	15	21	0,71
42	16	22	0,73
40	19	25	0,76
38	22	26	0,85
36	25	27	0,92
34	30	28	1,07
32	37	30	1,23

3.5 В помещении, в котором осуществляется нормализация теплового состояния человека после работы в нагревающей среде, температуру воздуха, во избежание охлаждения организма вследствие большого перепада температур

(поверхность тела — окружающий воздух) и усиленной теплоотдачи испарением пота, следует поддерживать на уровне 24 — 25 °С .

3.6 На рабочих местах водителей и крановщиков при закрытых дверях должны быть обеспечены теплоизоляция и необходимый воздухообмен, для чего могут быть использованы приточный вентилятор или кондиционер, открывающиеся окна и открывающиеся люки, в том числе предназначенные для аварийного выхода. При использовании открывающихся окон и люков они должны фиксироваться в нужном положении.

3.7 Вентиляция, теплоизоляция, кондиционирование должны обеспечивать поддержание на рабочих местах водителей допустимых параметров микроклимата (не позднее чем через 30 минут после начала непрерывного движения автомобиля с прогретым двигателем.

3.8 При работах с ручными инструментами должна быть исключена возможность нагревания рук смачивающими и охлаждающими жидкостями окружающей среды, а также из-за не применения рукавиц (перчаток).

3.9 В целях профилактики перегревания работников при температуре воздуха выше допустимых величин время пребывания на этих рабочих местах следует ограничить величинами, указанными в таблице 1, при этом среднесменная температура воздуха не должна выходить за пределы допустимых величин температуры воздуха для соответствующих категорий работ, установленных санитарными правилами и нормами по гигиеническим требованиям к микроклимату производственных помещений.

4.Требования охраны труда в аварийных ситуациях.

4.1 При возникновении несчастного случая прекратить работу оказать пострадавшему первую доврачебную помощь. Немедленно сообщить своему непосредственному руководителю о происшедшем с работником или по его вине несчастном случае, а также о любом несчастном случае с участием других работников своей или сторонней организации, свидетелем, которого был работник. Принять меры для сохранения обстановки несчастного случая, если это не сопряжено с опасностью для жизни и здоровья людей. При расследовании несчастного случая работник должен сообщить все известные ему обстоятельства происшедшего случая.

4.2 При возникновении пожара необходимо прекратить работу, сообщить диспетчеру по телефону или с помощью рации. Оповестить о пожаре находящихся поблизости людей, принять меры к эвакуации людей из опасной зоны и принять участие в тушении пожара имеющимися первичными средствами пожаротушения, а при невозможности ликвидировать пожар, покинуть опасную зону, действуя согласно инструкциям по пожарной безопасности и планам эвакуации.

5.Требования охраны труда по окончании работ

5.1 Привести в порядок рабочее место. Убрать инструмент и приспособления после их очистки от загрязнений в отведенные для них места.

5.2 Покидать свое рабочее место только с разрешения руководителя работ.

5.3 Специальную одежду, специальную обувь просушить в специально отведенном для этого месте.

5.4 Выполнить необходимые меры личной гигиены: вымыть руки с мылом, принять душ.

5.5 Провести необходимое время в помещении с комфортным микроклиматом для нормализации своего состояния.

Разработал:
специалист по охране труда _____ Старикова Е. А.

СОГЛАСОВАНО
Председатель первичной организации профсоюза сотрудников и обучающихся ЧГМА
_____ Е. В. РОЗУМНАЯ
«___»_____ 2022г

УТВЕРЖДАЮ
Ректор Читинской государственной медицинской академии
_____ Д.Н. ЗАЙЦЕВ
«___» _____ 2022г

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда при работе на открытом воздухе в условиях высоких температур

ИОТ - 50 -2022

Чита - 2022

Настоящая инструкция разработана на основании следующих нормативных документов: с учетом требований законодательных и иных нормативных правовых актов по охране труда, изложенных в: Разделе IX СанПиН 2.2.3.1384-03 «Гигиенические требования к организации строительного производства и строите льных работ» , Разделе 7.2 СанПиН 2.2.2.540-96 «Гигиенические требования к ручным инструментам и организации работ», методических рекомендации МР 2.2.8.0017-10 Методические рекомендации «Гигиена труда. Средства коллективной и индивидуальной защиты. Режимы труда и отдыха работающих, в нагревающем микроклимате»

Настоящая инструкция предназначена для работников работающих в условиях повышенной температуры наружного воздуха, для ознакомления их с вредными и опасными производственными факторами на рабочих местах, а также мерами и требованиями безопасности, соблюдение которых обеспечивает сохранение жизни и здоровья работника в процессе трудовой деятельности.

Введение

Настоящая инструкция применятся при возникновении следующих условий:

превышения (допустимых) температур воздуха на рабочих местах :

- 28 °С при занятости на легких физических работах (категория I);
- 27 °С при занятости на средней тяжести физических работах (категория II);
- 26 °С при занятости на тяжелых физических работах (категория III);

вне производственных помещений:

- установления среднесуточной температуры наружного воздуха выше 32 °С;
- установления на рабочих местах водителей автобусов, грузовых, легковых и специальных автомобилей (землеройные машины, тракторы, бульдозеры и другие автомобили) (далее – водители) и на рабочих местах машинистов крана (крановщиков) грузоподъемных кранов всех типов с кабиной управления температуры выше 25 °С.

Нагревающий микроклимат — сочетание параметров микроклимата (температура воздуха, влажность, скорость его движения, относительная влажность, тепловое излучение), при котором имеет место нарушение теплообмена человека с окружающей средой, выражающееся в накоплении тепла в организме выше верхней границы оптимальной величины (>0,87 кДж/кг) и/или увеличении доли потерь тепла испарением пота (>30%) в общей структуре теплового баланса, появлении общих или локальных дискомфортных теплоощущений (слегка тепло, тепло, жарко).

ТНС-индекс — эмпирический интегральный показатель (выраженный в °С), отражающий сочетанное влияние температуры воздуха, скорости его движения, влажности и теплового облучения на теплообмен человека с окружающей средой.

1. Общие требования охраны труда

1.1 К работе в условиях нагревающего микроклимата допускаются лица, прошедшие медицинские осмотры в соответствии с действующими приказами Минздравсоцразвития России и не имеющие противопоказаний, освоившие требования данной инструкции, имеющие удостоверение на право самостоятельной

работы, обученные технологиям проведения работ, правилам пользования средствами индивидуальной защиты, способам оказания первой доврачебной помощи, прошедшие проверку знаний требований охраны труда.

1.2 Работы в нагревающем микроклимате проводятся при соблюдении мер профилактики перегревания и рекомендаций относительно режима работ, изложенных в данной инструкции.

1.3 Работа в нагревающем микроклимате сопровождается напряжением деятельности различных функциональных систем организма, обеспечивающих температурный гомеостаз, и приводит к ухудшению самочувствия, снижению работоспособности и производительности труда, может быть причиной нарушения состояния здоровья.

1.4 Одним из способов уменьшения термической нагрузки на организм работника может быть снижение продолжительности ее воздействия, направленное на сохранение должного теплового состояния человека.

1.5 Повышенная температура воздуха, обусловленная сочетанным действием теплового, инфракрасного, лучевого излучения, конвективного тепла (в зависимости от вида производственных процессов и оборудования), а на работах на открытой территории дополнительно ультрафиолетового излучения, вызывает нарушение состояния здоровья, ведет к возникновению общих и локальных ощущений теплового дискомфорта, напряжению механизмов терморегуляции, ухудшению самочувствия и понижению работоспособности, а с учетом индивидуального состояния здоровья может привести к летальному исходу

При производстве работ в условиях повышенной температуры наружного воздуха
необходимо учитывать возможность воздействия на работающих опасных и вред ных производственных факторов:

повышенных температур рабочей зоны (поверхности технологического оборудования, ограждающие устройства). Чтобы этого избежать следует строго соблюдать правила, инструкции и иные нормативные документы, быть внимательным и правильно применять инструменты, приспособления, соответствующие СИЗ, безопасные методы и приёмы работ;

- **ушибы, переломы и другие травмы вследствие обморока, теплового или солнечного удара**. Недостаточный воздухообмен в помещениях предприятий (духота) ослабляет внимание, вызывает нервозность, раздражительность и как результат снижает производительность и качество труда. В то же время высокая подвижность воздуха (сквозняки) вызывает простудные заболевания. Для предотвращения необходимы перерывы на отдых, во время регламентированных перерывов отдыхать в санитарно-бытовых помещениях с оптимальным микроклиматом, который может быть обеспечен путем использования кондиционеров или систем радиационного охлаждения;
- **тепловое излучение.** Тепловое (инфракрасное) излучение представляет собой часть электромагнитных излучений, энергия которых при поглощении тканями человеческого тела вызывает их нагревание. Интенсивное и длительное тепловое

облучение может привести к ожогам, перегреву тела, истощению обменных процессов, нарушению деятельности сердечнососудистой и нервной систем, возбуждению, заболеванию глаз. После органов зрения наиболее поражаемым у человека является кожный покров. При хроническом облучении могут появиться стойкие изменения пигментации, красный цвет лица у рабочих, работнику необходимо использовать спецодежду и средства защиты, а также не забывать об обязательном ношении головного убора при работе на открытых территориях, а также, соблюдать рациональный режим труда и отдыха.

1.8 Нагревающий микроклимат рассматривают как негативный фактор. Высокая температура воздуха способствует быстрой утомляемости работающего, может привести к перегреву организма, тепловому удару или профзаболеванию. У работающих длительное время при повышенной температуре происходит нарушение водно-солевого обмена, связанное с дефицитом в организме ионов калия. Перегрев организма — возможная причина несчастного случая на производстве (теплового удара).

Работнику разрешается выполнять только работы, предусмотренные его трудовыми обязанностями, а также осуществлять иные правомерные действия, обусловленные трудовыми отношениями с работодателем либо в его интересах.

В процессе работы работник обязан:

- содержать в чистоте свое рабочее место, правильно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты и приспособления, обеспечивающие безопасность труда;
- обращать внимание на поведение других работников, выполнение ими личных мер безопасности, напоминать им о необходимости использования безопасных приемов труда, выполнения требований охраны труда, производственной санитарии, пожарной и газовой безопасности.

Требования настоящей инструкции являются обязательными к исполнению. Работник, допустивший нарушения требований настоящей инструкции, может быть привлечен к дисциплинарной ответственности согласно правилу внутреннего распорядка. Если эти нарушения повлекли причинение имущественного ущерба предприятию, работник несет и материальную ответственность

2. Требования охраны труда перед началом работы

2.1 Получить задание от непосредственного руководителя на выполнение определенного вида работ или определенных видов работ.

Перед началом выполнения работ работник обязан:

2.2 проверить наличие и исправность средств индивидуальной защиты, одеть полагающуюся специальную одежду, специальную обувь, с обязательным применением рукавиц, перчаток и головных уборов (кепка, бейсболка);

2.3 пройти инструктаж у руководителя работ, с регистрацией в «Журнале инструктажа на рабочем месте»;

2.4 осмотреть, привести в порядок и надеть спецодежду. Если требуется применение СИЗ и предохранительных приспособлений, то необходимо проверить их комплектность и исправность.

2.5 При выполнении работ на открытой территории в условиях повышенной температуры наружного воздуха работники должны применять следующие СИЗ:

- костюм летний из термостойкой и антистатической ткани
- ботинки или сапоги;
- рукавицы или перчатки;
- кепка или бейсболка

3.Требования охраны труда во время работы.

3.1 При разработке режима работы следует ориентироваться на допустимую степень нагревания работающих, регламентируемую временем непрерывного пребывания в условиях повышенной температуры наружного воздуха и временем отдыха в целях нормализации теплового состояния организма.

3.2 Рекомендации по режиму работ, постоянно проводимых в нагревающей среде, даны исходя из обеспечения допустимого (на период 8-часовой рабочей смены) теплового состояния человека.

Температура воздуха, град. С	Продолжительность непрерывного пребывания на рабочем месте, мин.	Продолжи-тельность отдыха, мин.	Отношение времени пребывания в нагревающей среде ко времени отдыха
50	11	20	0,55
48	12	20	0,60
46	13	20	0,65
44	15	21	0,71
42	16	22	0,73
40	19	25	0,76
38	22	26	0,85
36	25	27	0,92
34	30	28	1,07
32	37	30	1,23

3.5 В помещении, в котором осуществляется нормализация теплового состояния человека после работы в нагревающей среде, температуру воздуха, во избежание охлаждения организма вследствие большого перепада температур

(поверхность тела — окружающий воздух) и усиленной теплоотдачи испарением пота, следует поддерживать на уровне 24 — 25 °С .

3.6 На рабочих местах водителей и крановщиков при закрытых дверях должны быть обеспечены теплоизоляция и необходимый воздухообмен, для чего могут быть использованы приточный вентилятор или кондиционер, открывающиеся окна и открывающиеся люки, в том числе предназначенные для аварийного выхода. При использовании открывающихся окон и люков они должны фиксироваться в нужном положении.

3.7 Вентиляция, теплоизоляция, кондиционирование должны обеспечивать поддержание на рабочих местах водителей допустимых параметров микроклимата (не позднее чем через 30 минут после начала непрерывного движения автомобиля с прогретым двигателем.

3.8 При работах с ручными инструментами должна быть исключена возможность нагревания рук смачивающими и охлаждающими жидкостями окружающей среды, а также из-за не применения рукавиц (перчаток).

3.9 В целях профилактики перегревания работников при температуре воздуха выше допустимых величин время пребывания на этих рабочих местах следует ограничить величинами, указанными в таблице 1, при этом среднесменная температура воздуха не должна выходить за пределы допустимых величин температуры воздуха для соответствующих категорий работ, установленных санитарными правилами и нормами по гигиеническим требованиям к микроклимату производственных помещений.

4.Требования охраны труда в аварийных ситуациях.

4.1 При возникновении несчастного случая прекратить работу оказать пострадавшему первую доврачебную помощь. Немедленно сообщить своему непосредственному руководителю о происшедшем с работником или по его вине несчастном случае, а также о любом несчастном случае с участием других работников своей или сторонней организации, свидетелем, которого был работник. Принять меры для сохранения обстановки несчастного случая, если это не сопряжено с опасностью для жизни и здоровья людей. При расследовании несчастного случая работник должен сообщить все известные ему обстоятельства происшедшего случая.

4.2 При возникновении пожара необходимо прекратить работу, сообщить диспетчеру по телефону или с помощью рации. Оповестить о пожаре находящихся поблизости людей, принять меры к эвакуации людей из опасной зоны и принять участие в тушении пожара имеющимися первичными средствами пожаротушения, а при невозможности ликвидировать пожар, покинуть опасную зону, действуя согласно инструкциям по пожарной безопасности и планам эвакуации.

5.Требования охраны труда по окончании работ

5.1 Привести в порядок рабочее место. Убрать инструмент и приспособления после их очистки от загрязнений в отведенные для них места.

5.2 Покидать свое рабочее место только с разрешения руководителя работ.

5.3 Специальную одежду, специальную обувь просушить в специально отведенном для этого месте.

5.4 Выполнить необходимые меры личной гигиены: вымыть руки с мылом, принять душ.

5.5 Провести необходимое время в помещении с комфортным микроклиматом для нормализации своего состояния.

Разработал:
специалист по охране труда _____ Старикова Е. А.