

---

# Охрана труда д технических специальностей

## Актуальность курса для современных IT-специалистов

В эпоху цифровизации охрана труда приобретает новые аспекты. Специалисты технических направлений сталкиваются с уникальными профессиональными рисками, требующими специализированных знаний и подходов к обеспечению безопасности.

ОНУ

# Статистика профессиональных рисков в IT-сфере (2024)



# Основные понятия охраны труда

## Определение

**Охрана труда** – это система сохранения жизни и здоровья работников в процессе трудовой деятельности, включающая правовые, социально-экономические, организационно-технические, санитарно-гигиенические, лечебно-профилактические и реабилитационные мероприятия.

- Правовые
- Социально-экономические
- Организационно-технические
- Санитарно-гигиенические
- Лечебно-профилактические
- Реабилитационные

| Тип мероприятий            | Применение в IT-сфере                 | Примеры                              |
|----------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------|
| Правовые                   | Соблюдение трудового законодательства | Инструкции по работе с оборудованием |
| Организационно-технические | Управление рисками в дата-центрах     | Системы мониторинга, ИБП             |
| Санитарно-гигиенические    | Эргономика рабочих мест               | Правильное освещение, вентиляция     |



## Профессиональные риски в технических специальностях

67%

IT-специалистов  
испытывают  
проблемы со  
зрением

54%

Страдают от  
болей в  
спине и шее

43%

Отмечают  
хроническую  
усталость

### ⚡ Электробезопасность

**Риски:** Поражение электрическим током при работе с серверным оборудованием, блоками питания, источниками бесперебойного питания

**Профилактика:** Обучение работе с электроустановками, использование диэлектрических перчаток, проверка заземления

### Зрительное напряжение

**Риски:** Синдром компьютерного зрения, сухость глаз, близорукость при длительной работе с мониторами

**Профилактика:** Правило 20-20-20, качественные мониторы, правильное освещение

## Эргономические нарушения

**Риски:** Туннельный синдром, остеохондроз, нарушения осанки от неправильной организации рабочего места

**Профилактика:** Эргономичная мебель, регулярные перерывы, упражнения

## Пожарная опасность

**Риски:** Возгорание от перегрева оборудования, короткого замыкания, перегрузки сети

**Профилактика:** Системы пожаротушения, мониторинг температуры, правильная прокладка кабелей

## Психоэмоциональные факторы

**Риски:** Стресс от дедлайнов, выгорание, нарушения сна от ночных смен

**Профилактика:** Тайм-менеджмент, корпоративные программы wellness, ротация сотрудников

## Электромагнитное излучение

**Риски:** Длительное воздействие ЭМИ от серверов, сетевого оборудования, беспроводных устройств

**Профилактика:** Соблюдение предельно допустимых уровней, экранирование, ограничение времени воздействия

# Система инструктажей по охране труда

## Обязательность инструктажей

Все IT-специалисты, независимо от опыта работы, должны проходить инструктажи по охране труда в соответствии с требованиями законодательства.

| Вид инструктажа   | Когда проводится                           | Кто проводит                  |
|---|--|-------------------------------|
| Вводный   | При приеме на работу                       | Специалист по ОТ              |
| Первичный   | На рабочем месте перед началом работы      | Непосредственный руководитель |
| Повторный   | Периодическое напоминание требований       | Непосредственный руководитель |
|  Внеплановый | При изменении условий, нарушениях, авариях | Непосредственный руководитель |
| Целевой   | При выполнении разовых работ               | Ответственное лицо            |

## Эффективность различных видов инструктажей



Процент снижения количества инцидентов после проведения инструктажа

# **Инструкции по охране труда для IT-специалистов**

---

**5 обязательных разделов  
инструкции**



- Эргономика рабочего места
- Режим работы с ПК
- Электробезопасность
- Пожарная безопасность

- Работа в серверной
- Электроустановки до 1000В
- Подъем тяжестей
- Работа на высоте

- Работа с паяльным оборудованием
- Химическое вещество
- Измерительные приборы
- Оптическое электричество

## Периодичность пересмотра инструкций

**Плановый пересмотр:** не реже 1 раза в 5 лет

**Внеплановый пересмотр при:**

- Изменении технологий и оборудования
- Изменении нормативных актов
- Анализе несчастных случаев
- Требовании надзорных органов

# Практические примеры и кейсы

## Реальные случаи из IT-практики

Изучение конкретных ситуаций помогает лучше понять важность соблюдения требований охраны труда

### Кейс: Пожар в дата-центре

**Ситуация:** Возгорание в серверной из-за перегрева ИБП

**Причина:** Отсутствие системы мониторинга температуры

**Ущерб:** 2,3 млн евро, 48 часов простоя

**Урок:** Важность превентивного мониторинга

### ⚡ Кейс: Поражение электрическим током

**Ситуация:** Системный администратор получил удар током

**Причина:** Работа под напряжением без защитных средств

**Последствия:** Госпитализация на 3 дня

**Урок:** Обязательность использования СИЗ

## Кейс: Профессиональное заболевание

**Ситуация:** Резкое ухудшение зрения у разработчика

**Причина:** 12-часовые смены без перерывов

**Результат:** Инвалидность II группы

**Урок:** Критичность соблюдения режима труда

## Кейс: Профессиональное выгорание

**Ситуация:** Массовое увольнение в IT-команде

**Причина:** Хронический стресс и переработки

**Потери:** 60% команды за 6 месяцев

**Урок:** Важность психогигиены труда

## Экономический эффект от внедрения ОТ в IT-компаниях

**-35%**

Снижение  
количества  
больничных

**+23%**

Рост  
производительности

**-45%**

Снижение  
качества  
кадров

# Проверка знаний



# Заключение

## Ключевые выводы курса

Охрана труда в технических специальностях - это не формальность, а жизненная необходимость, обеспечивающая безопасность, здоровье и эффективность профессиональной деятельности.

## Дальнейшие шаги в изучении ОТ

Изучение нормативной базы

Курсы первой помощи

**Оценка рисков на рабочем месте**

**Разработка инструкций**

**Обучение коллег**

**Постоянное совершенствование**

**100%**

Ответственность  
за безопасность

**0**

Цель по  
количеству  
инцидентов

**∞**

Непрерывное  
обучение