

На показаних кривих працездатності можна виділити точки піку рівня працездатності – 10:00-11:00 і 14:00. Після цього починається спад кривої працездатності, причому цей спад починається приблизно в середині передобіднього і післяобіднього часу. Також можна зробити висновок, що після обіду фаза стомлення настає швидше.

Працездатність людини, що працює за комп'ютером, вивчено за допомогою тесту Е. Крепеліна, завданням якого є дослідження втоми. У тесті взяли участь 140 осіб. Крива працездатності протягом робочого дня свідчить про суттєву втому після вже декількох годин праці за комп'ютером.

ОХОРОНА ПРАЦІ В УМОВАХ РОБОТИ З ПЕРСОНАЛЬНИМ КОМП'ЮТЕРОМ

О.О. Рябов, керівник О.І. Богатов

Харківський національний автомобільно-дорожній університет

Анотація. Проведено аналіз шкідливих і небезпечних факторів, що впливають на людину при роботі з комп'ютером і запропонована система заходів щодо захисту від них.

Ключові слова: охорона праці, шкідливі і небезпечні фактори, комп'ютер.

Аннотация. Проведен анализ вредных и опасных факторов, влияющих на человека при работе с компьютером и предложена система мероприятий по защите от них.

Ключевые слова: охрана труда, вредные и опасные факторы, компьютер.

Abstract. *The analysis of hazards and injuries tions engaged to a man while using the computer and the system of measures to protect them.*

Keywords: *health and safety, harmful and dangerous faktory, kompyuter.*

Серед фізіологічних факторів при роботі з персональним комп'ютером ПК на першому місці знаходиться зоровий дискомфорт і кістково-м'язовий дискомфорт, особливо зоровий дискомфорт, що вимагає пильної уваги до питань оцінки зорового аналізатора, організації робочого місця, робітничого середовища і трудової діяльності працюючих з ПК.

Професія користувача (ПК) являє собою модель розумової праці, що виконується в одноманітній позі в умовах обмеження загальної м'язової активності і при рухливості кистей рук, при високій нарузі зорових функцій і нервово-емоційній нарузі в умовах впливів різноманітних фізичних факторів.

Більшість користувачів при тривалій роботі з монітором відчувають біль в очних яблуках, слезотечу або навпаки сухість, почервоніння очей. При цьому часто

турбують головні болі, з'являється швидка стомлюваність. Особливостями дисплейного зображення є його висока частота регенерації (частота кадрів), відносно низька контрастність, а також той факт, що монітор є джерелом світла. Центральна нервова система людини сприймає всю інформацію, що надходить через очі, однак далеко не все доходить до свідомості. Маса непотрібної інформації, наприклад, мерехтіння за межами монітора, може викликати через визначений час стомлення. Ця реакція спрямована на те, щоб відвернути людини від якоїсь роботи, змусити його зробити перерву, а потім з новими силами відновити роботу. Ті ж, хто цього не розуміють, ризикують постійно відчувати симптоми комп'ютерного зорового синдрому.

Відомо, що рано чи пізно короткозоркість виникає у всіх користувачів. Існують мінімальні вимоги, що рекомендуються, до монітора, для того, щоб звести цей час до прийнятних цифр:

- при кольоровому екрані кількість кольорів повинна бути не менш 256, оптимальним вважається режим true color; дозвіл не менше 800x600 крапок при відсутності мерехтіння;
- розмір зерна повинний бути не більш 0.28 мм. Чим менше зерно, тим краще;
- розмір екрана, що рекомендується, може відрізнятися для різних робіт. Для домашніх користувачів мінімальний розмір повинен бути 14 дюймів по діагоналі;
- частота регенерації повинна складати не менш 85 Гц.

Оптимальним вважається установка максимально можливої частоти, при відсутності мерехтіння; відблиски на екрані монітора повинні бути відсутні. При неможливості змінити висвітлення необхідно використовувати антиблікові екрани, при роботі з текстом переважно використовувати білий колір і чорні символи. Таке сполучення найменше впливає на сприйняття тексту. Для профілактики комп'ютерного зорового синдрому необхідно проводити комплекс вправ для очей.

Невідповідність якому-небудь параметру, так чи інакше, може приводити до погіршення якості роботи, шкідливого впливу на користувача.

Розміщення робочих місць користувачів ПК повинне відповідати ДСТ 22269-76 «Робоче місце оператора. Взаємне розташування елементів робочого місця». Не допускається розташування робочих місць із ПК у підвальних і цокольних поверхах. Площа на один працюючого за ПК повинна складати не менш 6,0 м², обсяг – не менш 20 м³.

Неприпустиме розташування ПК, при якому працюючий звернений обличчям, або спиною до вікон чи кімнати до задньої частини ПК, у яку монтуються вентилятори.

Робоче місце повинне бути обладнане підставкою для ніг, що має ширину не менш 300 мм, глибину – не менш 400 мм, регулювання по висоті в межах до 150 мм і по куті нахилу опорної поверхні до 20⁰. Поверхня підставки повинна бути рифленою, мати бортик висотою 100 мм по нижньому краї.

Робоче місце користувача ПК повинне бути оснащено легко переміщуваним пюпітром для документів, розташованим на одному рівні з екраном і віддаленим від очей користувача на такий відстані, що й екран, або відрізняться від нього не більш, ніж на 100 мм.

Робочі місця, які розміщені в дисплейних залах, доцільно ізолювати спеціальними перегородками висотою 1,5...2,0 м. Розташування екрана монітора на технологічному устаткуванні повинне передбачати зручність зорового спостереження у вертикальній площині під кутом $\pm 30^0$ від нормальної лінії погляду оператора.

К ВОПРОСУ О ПОВЫШЕНИИ БЕЗОПАСНОСТИ ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ

Студенты М.А. Сергеев, И.В. Мартовицкая

Харьковский национальный автомобильно-дорожный университет

Анотація. У даній статті розглянута проблема безпеки дорожнього руху. Вивчені поправки в законодавство, результатом чого повинне стати зниження смертності і травматизму на дорогах.

Ключові слова: безпека життєдіяльності, безпека дорожнього руху.

Аннотация. В данной статье рассмотрена проблема безопасности дорожного движения. Изучены поправки в законодательство, результатом чего должно стать снижение смертности и травматизма на дорогах.

Ключевые слова: безопасность жизнедеятельности, безопасность дорожного движения.

Abstracts. The problem of safety of travelling motion is considered in this article. Amendments are studied in a legislation, by a result what the decline of death rate and traumatism must become on roads.

Keywords: safety of vital functions, safety of travelling motion.

Согласно Международному рейтингу Украина занимает I место в Европе по смертности в результате дорожно-транспортных происшествий. Только за 8 месяцев 2014 г. на территории Киева зарегистрировано 1146 ДТП по разным причинам, в