

# DARBA AIZSARDZĪBAS INSTRUKCIJA Nr. 5

## UZTUROTIES DARBA Telpās VAI TERITORIJĀ

### 1. VISPĀRĒJĀS PRASĪBAS

---

Par šajā instrukcijā noteikto prasību neievērošanu vainīgās personas atbilstoši Latvijas Republikas spēkā esošajiem normatīvajiem aktiem, atkarībā no pārkāpuma smaguma un sekām, var tikt sauktas pie disciplināras, materiālas, administratīvas vai kriminālatbildības.

#### 1.1. Veikt darbu atļauts personām:

- 1.1.1. kuras instruētas noteiktajā kārtībā un apjomā darba aizsardzībā, elektrodrošībā un ugunsdrošībā;
- 1.1.2. kuras iepazīstinātas ar konkrētajā darba vietā izpildāmo darbu specifiku;
- 1.1.3. kuras apmācītas (instruētas) pirmās palīdzības sniegšanā;
- 1.1.4. kuru veselības stāvoklis ir pārbaudīts un atbilst profesijas prasībām.

#### 1.2. Iespējamie bīstamie un kaitīgie darba vides faktori strādājot telpās vai teritorijā:

- 1.2.1. darba vides mikroklimats (gaisa temperatūra, paaugstināta ozona, slāpekļa oksīdu, putekļu koncentrācija, caurvējš no nepareizi izvietota kondicionētāja u.c.);
- 1.2.2. elektriskā strāva;
- 1.2.3. iekārtu bojājumi;
- 1.2.4. elektrostatiskais lauks;
- 1.2.5. nepietiekama darba telpas ventilācija;
- 1.2.6. nepietiekošs darba vietas apgaismojums;
- 1.2.7. nejauši krītoši priekšmeti;
- 1.2.8. papīra asās malas; iekārtu/materiālu asās daļas;
- 1.2.9. karsts ūdens, tēja, kafija;
- 1.2.10. vardarbība;
- 1.2.11. traucējošs troksnis.

#### 1.3. Izmantojamie kolektīvās un individuālās aizsardzības līdzekļi:

- 1.3.1. ventilācija - vispārējā un vietējā (nepieciešamības gadījumā), gaisa kondicionēšana;
- 1.3.2. aizkari, žalūzijas dabīgā apgaismojuma koriģēšanai;
- 1.3.3. piemērots darba vietas apgaismojums - lokālais apgaismojums papildus dabīgajam;
- 1.3.4. elektroiekārtu zemējums;
- 1.3.5. iekārtu aizsargvāku un apvalku bloķēšanas sistēmas;

- 1.3.6. darba un atpūtas režīma ievērošana;
- 1.3.7. piemērots darba apģērbs un apavi;
- 1.3.8. ergonomisks darba vietas aprīkojums, iekārtojums.

#### **1.4. Ugunsdrošības prasības:**

- 1.4.1. aizliegts smēķēt darba telpās;
- 1.4.2. aizliegts izmantot degošas sveces vai cita veida atklātu liesmu;
- 1.4.3. aizliegts ienest un glabāt darba vietā viegli uzliesmojošas vielas.

#### **1.5. Elektrodrošības prasības:**

- 1.5.1. elektroietaišu bojājumu gadījumos (dzirksteļošana, deguma smaka, slēdžu uzkaršana, jūtama kaut niecīga strāvas noplūde uz elektroietaisies korpusa u.c.) pārtraukt darbu (izslēgt elektroietaisi), ziņot darba devējam par radušos situāciju un darbu atsākt tikai tad, kad ir novērsti bojājumi;
- 1.5.2. aizliegts izmantot pašdarinātas elektroietaisies;
- 1.5.3. ar mitrām, slapjām rokām neaiztikt kontaktus, slēdžus, netīrīt tos;
- 1.5.4. aizliegts veikt elektroietaišu, vadu, slēdžu, kontaktu u.c. remontu - tas jā dara kvalificētam personālam.

#### **1.6. Darba higiēnas prasības:**

- 1.6.1. ēst tikai tam speciāli paredzētās vietās;
- 1.6.2. mazgāt rokas pirms ēšanas un darbu beidzot;
- 1.6.3. neturēt darba vietā dzeramo ūdeni un pārtikas produktus.

#### **1.7. Darbinieka pienākumi strādājot ar iekārtām:**

- 1.7.1. Ievērot darba aizsardzības, ugunsdrošības un elektrodrošības prasības, kā arī izpildīt tiešā darbu vadītāja norādījumus;
- 1.7.2. veikt tikai to darbu, kuru uzdevis tiešais darbu vadītājs;
- 1.7.3. ievērot tīrību un kārtību darba telpās un darba vietā.
- 1.7.4. zināt:
  - 1.7.4.1. pamatprasības darba vietas iekārtojuma;
  - 1.7.4.2. ka viegli uzliesmojošu produktu (monitora tīrāmais aerosols u.t.t.) izmantošanas gadījumā biroja iekārtu tuvumā var notikt issavienojums/ugunsgrēks.
- 1.8. Neaizkraut darba vietu ar nepiederīgām u.c. lietām, atkritumu savākšanai izmantot speciālu kasti (miskasti).
- 1.9. Pa telpām, kāpnēm vai teritoriju pārvietoties nesteidzīgi, uzmanīgi, lai izslēgtu traumas rašanās iespēju. Esiet īpaši uzmanīgi, ja pārvietojat (nesat) jebkādas priekšmetus.
- 1.10. Negaisa, stipra vēja laikā turēt logus aizvērtus, lai pasargātos no savainošanās ar plīstošiem stikliem (stikla lauskām), to iespējamās sasišanas gadījumā.
- 1.11. Neienest telpās sprādzienbīstamus, viegli uzliesmojošus un cita veida bīstamus priekšmetus un vielas.

## **2. DARBA AIZSARDZĪBAS PRASĪBAS DARBU UZSĀKOT**

---

- 2.1. Pārbaudīt savu darba vietas aprīkojumu un citus darbam vajadzīgos piederumus, pārlicināties, vai tie nav bojāti un novietot tos darbam parocīgā vietā.
- 2.2. Ieslēdziet un noregulējiet papildus apgaismojumu, ja dabīgais apgaismojums ir nepietiekams.
- 2.3. Neuzsākt darbu, ja nav apgūtas ekspluatācijas noteikumu prasības un nav saņemtas attiecīgās instruktāžas darba aizsardzībā.
- 2.4. Neuzsākt darbu, ja:
  - 2.4.1. darbiniekam ir slikta pašsajūta, reibonis u.c. veselības traucējumi;
  - 2.4.2. ir bojāts vai neatbilst veicamajam darbam iekārtas, instrumenti vai darba aprīkojums;
  - 2.4.3. ir bojāti vai trūkst individuālie aizsardzības līdzekļi;
  - 2.4.4. darba vieta nav pietiekami un pareizi apgaismota un ziņot par to darba devējam.

### 3. DARBA AIZSARDZĪBAS PRASĪBAS DARBA LAIKĀ

---

- 3.1. Ievērot iekārtu vai darba aprīkojuma norādītās ekspluatācijas prasības, ieslēgšanas un izslēgšanas kārtību.
- 3.2. Ja darba veikšanas laikā darbiniekam rodas neskaidrība, kā pareizi un droši veikt kādu darbību, par pareizu rīcību jājautā darbu vadītājam.
- 3.3. **Aizliegts** veikt darbības (patvaļīgi), kas nav saskaņotas ar darbu vadītāju.
- 3.4. Uz laiku izejot no darba telpas, iekārtas atslēgt no elektrotīkla.
- 3.5. Ja, ejot pa teritoriju vai telpām, darbiniekam nav skaidrs kur atrodas (apmaldījies), jāatgriežas sākotnējā vietā un par pareizu maršrutu jājautā darba kolēģiem vai doties kopā ar pavadoni. **Aizliegts** ieiet telpās, kurās darba pienākumus nav paredzēts veikt.
- 3.6. Uzturēt kārtībā darba vietu.
- 3.7. Atklājot iekārtas vai darba aprīkojuma bojājumu:
  - 3.4.1. atvienot iekārtu no elektrotīkla;
  - 3.4.2. uz iekārtas uzlikt brīdinājuma zīmi „Neieslēgt, iekārta bojāta”;
  - 3.4.3. par bojājumu paziņot tiešajam darbu vadītājam.
- 3.8. Darba laikā veikt tikai to darbu, kurš ietilpst Jūsu pienākumos saskaņā ar darba devēja norādījumiem.
- 3.9. Nesēdēt un nekāpt uz bojātiem krēsliem (vai priekšmetiem, kuri nav paredzēti šādam nolūkam). Bojāto inventāru nodot remontā vai novietot tur, kur tas netraucē un nav pieejams lietošanai kolēģiem vai apmeklētājiem.
- 3.10. Ja, lietojot tehniku, inventāru, rodas jautājumi par to pareizu pielietojumu, neveikt nekādas darbības un saņemt norādījumus no tiešā darba vadītāja.
- 3.11. **Aizliegts** patvaļīgi veikt elektroietaišu, vadu, slēdžu, kontaktu u.c. ierīču remontu.
- 3.12. **Aizliegts** ar mitrām (slapjām) rokām aiztikt elektrotīklam pieslēgtas elektroietaisies, slēdžus, vadus.

- 3.13. Aizliegts** telpās un teritorijā aizkraut ar iekārtām, mēbelēm vai citiem priekšmetiem pārvietošanās ceļus, evakuācijas izejas, pieejas pie elektrosadales skapjiem un ugunsdzēsības līdzekļiem;
- 3.14.** Gadījumos, kad nepieciešams pakāpjoties aizsniegt kādus priekšmetus (vai veikt kādu darbību), izmantot pārbaudītas saliekamās kāpnes, kuras otra persona pietur, nodrošinot pret slīdēšanu. **Aizliegts** kāpt uz galdiem, krēsliem, papīru (dokumentu) kaudzēm, uz galda uzliktiem krēsliem u.c. šim nolūkam neparedzētiem priekšmetiem.
- 3.15.** Uz grīdas izlijušus šķidrumus (ūdeni, kafiju un tml.), nekavējoši saslaucīt, lai nepadarītu grīdu slidenu un izslēgtu paslīdēšanas iespēju.
- 3.16.** Saplēstos traukus pārvietot sevišķi uzmanīgi, lai nesavainotu rokas.
- 3.17.** Turot rokās asus priekšmetus būt ļoti uzmanīgiem, nevirzīt priekšmetus uz sava ķermeņa vai kāda cita cilvēka pusi, pagriežoties, sekot, lai ass priekšmets netraumē apkārtējos.
- 3.18.** Raudzīties, lai kolēģi netiktu pakļauti darba vides riska faktoru ietekmei.
- 3.19.** Pārvietojoties pa teritoriju drīkst tikai pa speciāli izveidotām ietvēm, ja gājēju kustība nav iezīmēta, pārvietoties gar labo ceļa malu. Gadījumos, kad teritorija nav pietiekoši apgaismota, sekot lai uz drēbēm ir gaismas atstarotājs. Aizliegts kāpt pāri margām vai citiem paaugstinājumiem.
- 3.20.** Būt uzmanīgiem, pārvietojoties pa teritoriju, it īpaši aukstajā laika periodā, nekāpt uz ledus un citām vietām, kur kājas varētu paslīdēt.
- 3.21.** Darba laikā darba vietu uzturēt darba kārtībā, savlaicīgi novākt nevajadzīgās ierīces, instrumentus un priekšmetus.
- 3.22.** Ievērot darba telpās vai teritorijā izvietoto drošības zīmju un brīdinošo uzrakstu prasības.
- 3.23.** Smēķēt telpās un teritorijā atļauts tikai šim nolūkam paredzētās vietās, kuras ir atbilstoši apzīmētas ar drošības zīmē

#### **4. RĪCĪBA ĀRKĀRTAS SITUĀCIJĀS**

---

- 4.1.** Ja darbā noticis **nelaimes gadījums/saslimšana** ar pašu, kolēģi vai apmeklētāju:
- 4.1.1.** nekavējoties pārtraukt darbu;
  - 4.1.2.** novērtēt situāciju un, ievērojot personīgo drošību, pārtraukt apdraudējuma iedarbību (elektriskās strāvas trieciena gadījumā, atbrīvojot cietušo pēc iespējās ātrāk no strāvas iedarbības, atslēdzot strāvu vai pielietojot strāvu nevadošus materiālus);
  - 4.1.3.** pārvietot cietušo drošā vietā;
  - 4.1.4.** nekavējoties sniegt cietušajam pirmo palīdzību (vai pašpalīdzību);
  - 4.1.5.** ja nepieciešams, izsaukt ātro medicīnisko palīdzību (Tel. **113** vai **112**) un citus specializētos dienestus;
  - 4.1.6.** paziņot par notikušo darba devējam;
  - 4.1.7.** notikuma vietu atstāt neskartu, ja tas nerada papildus bīstamību. Ja nepieciešams, norobežot bīstamo zonu vai veikt citus pasākumus, lai nepieļautu cilvēku iekļūšanu bīstamajā zonā. Ja iespējams, veikt notikuma vietas foto fiksāciju.

#### **4.2. Ugunsgrēka gadījumā:**

- 4.2.1. nekavējoties pārtraukt darbu;
  - 4.2.2. ziņot Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienestam (Tel. **112**);
  - 4.2.3. pārliecināties par ugunsgrēka vietas elektrodrošību un sākt ugunsgrēka likvidēšanu savas kompetences ietvaros ar pieejamajiem ugunsdzēsības līdzekļiem, neapdraudot savu un citu personu dzīvību vai veselību;
  - 4.2.4. paziņot par notikušo darba devējam.
- 4.3. Izdzirdot **trauksmes signālu**, kas saskaņā ar noteikto kārtību brīdina par ugunsgrēka izcelšanos vai citu bīstamu situāciju:
- 4.3.1. nekavējoties pārtraukt darbu;
  - 4.3.2. izslēgt elektroietaisies un atstāt ēku pa tuvāko evakuācijas izeju.
- 4.4. **Bīstami (riskā) faktori**, kuri atklāti, konstatēti darba laikā un var apdraudēt darbinieku un citu cilvēku dzīvību un veselību:
- 4.4.1. nekavējoties pārtraukt darbu;
  - 4.4.2. ziņot darba devējam un brīdināt pārējos strādājošos par tiem;
  - 4.4.3. ievērojot personīgo drošību, veikt pasākumus, lai novērstu to tālāku izplatību.
- 4.5. Nokļūstot tonera kasetes pulverim acīs vai mutē, nekavējoties izmazgāt acis vai muti ar aukstu ūdeni, nepieciešamības gadījumā - konsultēties pie ārsta.
- 4.6. Biroja iekārtu bojājumu gadījumā (dzirksteļošana, dūmu vai liesmu parādīšanās, deguma smaka, pastiprināta vibrācija, neraksturīgā skaņa, uz korpusa sajūtams spriegums u.c.):
- 4.6.1. nekavējoties izslēgt iekārtas barošanas slēdži;
  - 4.6.2. atvienot barošanas vada kontaktdakšu no rozetes;
  - 4.6.3. par bojājumu ziņot tiešajam darbu vadītājam.
- 4.7. Aizdegšanās gadījumā, elektroaparāturu drīkst dzēst tikai ar elektrisko strāvu nevadošiem ugunsdzēsības līdzekļiem - ogļskābās gāzes vai pulvera aparātiem; rīkoties atbilstoši to lietošanas pamācībai un zīmējumam uz tiem.

### **5. DARBA AIZSARDZĪBAS PRASĪBAS DARBU BEIDZOT**

---

- 5.1. Sakārtot savu darba vietu, iekārtas, instrumentus un darba aprīkojumu nolikt speciāli tam paredzētā vietā.
- 5.2. Izslēgt visas biroja elektroierīces:
  - 5.2.1. izvilkt kopētāja barošanas vada kontaktdakšu no rozetes, ja kopētāju nelietos ilgāku laiku (uz brīvdienām);
  - 5.2.2. atvienot kopētāju ar slēdža palīdzību, notīrīt to ar nepūkojošos audumu un ziepju vai speciālo šķīdumu.
- 5.3. Aizvērt logus, izslēgt ventilāciju, apgaismojumu un noslēgt telpu.
- 5.4. Ievērot higiēnas prasības beidzot darbu.
- 5.5. Ziņot darba devējam par darba laikā konstatētajiem bojājumiem, nepilnībām u.c. atgadījumiem.