

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**

**МОРЕХІДНИЙ ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ ІМ. О.І. МАРИНЕСКА  
НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ «ОДЕСЬКА МОРСЬКА АКАДЕМІЯ»**

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

Наказом начальника ВСП «МФК  
ім. О.І. Маринеска НУ «ОМА»  
від 02.01.2025р. № 3

**ІНСТРУКЦІЯ  
З ОХОРОНИ ПРАЦІ № 19-ОП  
ПРИ ВИКОНАННІ РОБІТ НА ВИСОТІ**

**1. Загальні положення**

1.1. Ця інструкція встановлює обов'язкові загальні вимоги безпеки під час виконання робіт на висоті для працівників ВСП «МФК ім. О.І. Маринеска Національного університету «Одеська морська академія» (далі - коледж).

Дія Інструкції поширюється на всі підрозділи училища.

1.2. Інструкція розроблена на основі Правил охорони праці під час виконання робіт на висоті, затверджених наказом Держгірпромнагляду від 27.03.07 р № 62.

1.3. До роботи на висоті відносяться роботи, при виконанні яких працівник перебуває на відстані менше 2 м від негороджених перепадів по висоті 1,3 м і більше.

1.4. Верхолазні вважаються роботи, які виконуються на висоті більше 5 м від поверхні землі, перекриття або робочого настилу, над якими проводяться роботи безпосередньо з конструкцій або обладнання при їх монтажі або ремонті; при цьому основним засобом, що оберігає працівників від падіння, є запобіжний пояс.

1.5. До самостійної роботи на висоті допускаються особи не молодше 18 років, що пройшли медичний огляд і не мають протипоказань до виконання робіт на висоті.

1.6. Працівник, допущений до роботи на висоті, зобов'язаний:

- виконувати тільки ту роботу, яка визначена робочої або посадовою інструкцією.
- виконувати правила внутрішнього трудового розпорядку.
- застосовувати засоби індивідуального та колективного захисту.
- дотримуватися вимог охорони праці.
- негайно оповіщати свого керівника про будь-якій ситуації, яка загрожує життю і здоров'ю людей, про кожний нещасний випадок, що трапився на виробництві, або

про погіршення стану свого здоров'я, у тому числі про прояв ознак гострого професійного захворювання (отруєння).

- проходити навчання безпечним методам і прийомам виконання робіт і надання першої допомоги потерпілим на виробництві, інструктаж з охорони праці, перевірку знань вимог охорони праці.

- проходити обов'язкові періодичні (протягом діяльності) медичні огляди (обстеження), а також проходити позачергові медичні огляди (обстеження) у напрямку роботодавця у випадках, передбачених наказом МОЗ України та Законом України «Про охорону праці».

- вміти надавати першу допомогу постраждалим від електричного струму і при інших нещасних випадках.

- Вміти застосовувати первинні засоби пожежогасіння.

1.7. При роботі на висоті можливі впливу наступних небезпечних і шкідливих виробничих факторів:

- розташування робочого місця на значній висоті відносно поверхні землі (підлоги, перекриття) і пов'язане з цим можливе падіння працівника або падіння предметів на працівника;

- зруйновані конструкції (драбини, ліси, підмостки та інше допоміжне обладнання);

- підвищене ковзання (внаслідок обмерзання, зволоження, замаслювання поверхонь ґрунту, статі, трапів, драбин, сходів, лісів, риштування і т. п.);

- рухливі машини і механізми;

підвищена швидкість вітру (при роботі на відкритому повітрі);

- підвищення значення напруги в ел. ланцюзі, замикання якого може відбутися через тіло людини;

підвищена або знижена температура повітря робочої зони;

- гострі кромки, задирки і шорсткість на поверхнях заготовок, інструментів та обладнання;

недостатня освітленість робочих місць;

- фізичні перевантаження.

1.8. Роботи на висоті у відкритих місцях забороняються:

- під час грози;

- при температурі зовнішнього повітря нижче норми, встановленої місцевими органами самоврядування;

- при силі вітру 10-12 м / сек і більше;

- при сильному снігопаді або тумані;

- при ожеледі.

Виняток допускається при ліквідації аварій. У цьому випадку керівник робіт зобов'язаний організувати умови для обігріву.

1.9. У випадках травмування або нездужання необхідно припинити роботу, сповістити про це керівника робіт і звернутися до медичного закладу.

## 2. Вимоги безпеки перед початком роботи

2.1. Перш ніж приступати до роботи на висоті слід оглянути місце майбутньої роботи і привести його в порядок; якщо воно захащене непотрібними предметами, що заважають в роботі, необхідно привести його в порядок і прибрати все зайве.

2.2. Перед початком роботи працівник повинен оглянути інструмент, пристосування, допоміжне обладнання, які будуть використовуватися в роботі, і переконатися і їх справності, а також перевірити терміни чергових випробувань драбин, сходів, сходів-драбин.

2.3. Застосовувані при роботі на висоті засоби індивідуального захисту перевіряються і приводяться в готовність до початку робочого процесу.

2.4. Працівник повинен знати такі основні загальні вимоги, що пред'являються до організації робочого місця і підготовці робіт на висоті:

- Робочі місця і проходи до них на висоті 1,3 м і більше і на відстані менше 2 м від межі перепаду по висоті захищаються тимчасовими інвентарними огорожами заввишки не менше 1,1 м відповідно до встановлених вимог;

- При неможливості застосування запобіжних огорожень або у разі короткочасного періоду знаходження працівників на висоті допускається проведення робіт із застосуванням запобіжного пояса;

- Технологічні отвори, прорізи і отвори в настилах, ліфтові шахти і т.п. місця можливого падіння працівників повинні надійно закриватися або відгороджуватися і позначатися знаками безпеки;

- При виконанні робіт на висоті внизу під місцем виконання робіт визначаються і відповідним чином позначаються і захищаються небезпечні зони;

- Перед роботою поблизу струмоведучих частин, що знаходяться під напругою і не захищених від випадкового дотику до них, напруга повинна бути відключено; при цьому у вимикає пристрої повинен бути вивішений попереджувальний знак: "Не вмикати! Йдуть роботи!".

- Організація робочого місця повинна забезпечувати стійке положення і свободу руху працівника, візуальний контроль і безпеку виконання технологічних операцій. При цьому повинно бути виключено (або допущено на короткочасний період) виконання роботи в незручних позах (при значних нахилах, присіданні, з витягнутими або високопіднятими руками і т.п.), що викликають підвищену стомлюваність;

- Особистий інструмент слід зберігати в сумках.

2.5. Під час перевірки справності та стійкості драбин слід пам'ятати про наступне:

- Драбини, як правило, повинні мати висоту огорожі робочих площадок не менше 1 м.

- Нижня опорна частина драбин, сходів повинна мати протиковзкі пристрої (загострення, гумові наконечники і т.п.).

- Сходи драбин повинні мати рифлену поверхню, міститися в стані, що виключає подськальзиваніє і падіння працівника.

2.6. Приставні драбини та сходи драбини перед застосуванням оглядаються працівником на справність і відповідність їх таким основним вимогам:

- На всіх сходах і драбинах-драбинах, що знаходяться в експлуатації, вказується інвентарний номер, дата наступного випробування і приналежність підрозділу (цеху, дільниці тощо);

- Довжина приставних драбин не повинна перевищувати 5 м; при цьому ширина сходів вгору повинна бути не менше 300 мм, а внизу - не менше 400 мм;

- Тятиви дерев'яних драбин повинні бути скріплені стяжними болтами діаметром не менше 8 мм під верхньою і нижньою ступенями; при довжині сходів понад 2 м повинні бути встановлені додаткові болти таким чином, щоб відстань між ними не перевищувала 2 м.

- Щаблі дерев'яних драбин повинні бути врізані в тятиви; застосовувати сходи зі сходами, нашитими цвяхами, забороняється; відстань між східцями має бути не більше 250 мм і не менше 150 мм.

- Нижні опорні кінці приставних драбин і драбин - стрем'янок повинні мати протиковзкі пристрої:

- для роботи на землі - повинні бути оковки з гострими наконечниками;

- для роботи на гладких опорних поверхнях (паркет, лінолеум, метал, плитка, бетон і ін.) - повинні бути надіті башмаки з гуми або іншого не слизького матеріалу;

- Верхні кінці драбин, приставляють до труб, тросів або проводам, повинні забезпечуватися спеціальними гаками-захватами або прив'язними ремнями, що запобігають падінню драбини від напору вітру або випадкових поштовхів;

- У розсувної драбини повинно бути передбачено надійне з'єднання, що не дозволяє сходах мимовільно розсуватися.

- Розміри приставних сходів повинні забезпечувати працівнику можливість роботи в положенні стоячи на щаблі, що знаходиться на відстані не менше 1 м від верхнього кінця драбини;

- Сходи сходів і сходів-драбин не повинні бути слизькими (через зношування, в результаті зволоження, обмерзання, замаслювання і т.п.);

- На поверхні сходів і сходів-драбин і не повинно бути вм'ятин, забоїн, подряпин, помітних візуально, а також гострих кромок, виступаючих цвяхів і задирок.

2.7 Застосування несправних, а також з простроченим терміном чергових випробувань драбин, сходів, сходів-драбин та іншого допоміжного обладнання забороняється.

2.8 До початку роботи повинна бути забезпечена стійкість приставних сходів, при цьому необхідно переконатися шляхом огляду і випробування в тому, що сходи не може зісковзнути з місця і бути випадково зрушена.

При установці приставних сходів в умовах, коли можливий зсув її верхнього кінця, останній необхідно надійно закріпити за стійку конструкцію.

2.9 Перед початком роботи потрібно переконатися в достатності освітлення місця майбутнього проведення робіт.

### **3. Вимоги безпеки під час виконання роботи**

3.1. З огляду на, що падіння з висоти є найбільш поширеною причиною нещасних випадків на виробництві, працівникові необхідно бути особливо уважним і обережним під час виконання роботи.

3.2. Роботи на висоті повинні проводитися зі спеціально призначених для кожного виду робіт і мають захисні огороження допоміжних пристосувань (драбин, сходів, підмостків, вишок, платформ і т.п.), які слід встановлювати так, щоб була відсутня необхідність переміщення центру ваги працівника за межі робочого майданчика (габарити) цих пристосувань.

3.3. При виконанні робіт із застосуванням приставних драбин і драбин-стрем'янок слід дотримуватися також наступні основні вимоги безпеки:

- При роботі з приставними сходами в місцях з похваленим рухом транспортних засобів або людей для попередження її падіння від випадкових поштовхів незалежно від наявності на кінцях драбини наконечників місце її установки слід захищати або охороняти;

- У випадках, коли неможливо закріпити сходи при установці її на гладенькій підлозі, біля її основи повинна стояти працівник в касці і утримувати сходи в стійкому положенні. В інших випадках підтримувати сходи внизу руками не допускається;

- Встановлювати додаткові опорні споруди з ящиків, бочок і т.п. в разі недостатньої довжини драбини не допускається;

- Не можна встановлювати приставні сходи під кутом більше  $75^\circ$  до горизонталі без додаткового кріплення їх верхній частині.

- Не допускається установка сходів на щаблях маршів сходових кліток. Для виконання робіт в цих умовах слід застосовувати підмостки, ніжки яких мають різну довжину для забезпечення горизонтального положення робочого настилу.

- Приставні драбини без робочих майданчиків допускається застосовувати тільки для виконання робіт, не пов'язаних з одночасною підтримкою деталей і не вимагають від працівника упору в будівельну або іншу конструкцію, до якої приставлена драбина.

При необхідності виконувати роботи з одночасним підтримуванням деталей або пов'язані з необхідністю упору в конструкцію слід застосовувати сходи, сходи-драбини з верхніми площадками, огороженими з трьох сторін запобіжним бар'єром (поручнями).

- Працювати з двох верхніх сходинок драбин і сходів-драбин, що не мають поручнів або упорів, не допускається;

- Перебувати на шаблях приставних сходів або драбини більш ніж одному працівнику не допускається;
- При роботі з приставних сходів на висоті більше 1,3 м слід застосовувати запобіжний пояс, що прикріплюється до конструкції споруди або до драбини за умови її закріплення до будівельної або іншої конструкції;
- Піднімати і опускати вантаж по драбині і залишати на ній інструмент не допускається. Для підйому (спуску) по сходах предметів масою менше 10 кг слід використовувати наплічні сумки;
- Забороняється працювати на драбині або сходами-драбиною без верхнього майданчика, де немає огорожі, в наступних випадках:
  - близько і над обертовими механізмами, що працюють машинами, транспортерами і т.п.;
  - з використанням електричного або пневматичного інструменту, будівельно-монтажних пістолетів;
  - При виконанні електро- або газозварювальних робіт;
  - При впливі на працівника сил, що створюють перекидаючий момент (наприклад, при натягу проводів, підтримки на висоті важкої деталі і т.п.);
- При переміщенні сходи двома працівниками сходи необхідно нести наконечниками назад, попереджаючи зустрічних про обережність. При перенесенні сходи одним працівником вона повинна знаходитися в похилому положенні так, щоб передній кінець її був піднятий над землею (підлогою) не менше ніж на 2 м.

3.4. При виконанні робіт на даху або інших високо розташованих поверхнях з ухилом більше 20 ° працівники повинні застосовувати запобіжні пояси.

Місця закріплення запобіжних поясів вказуються керівником робіт.

3.5. Не допускається скупчення працівників в одному місці і складування матеріалів на настилах, лісах, риштованні, трапах і т.п. в кількостях, що перевищують допустимі навантаження (працівники повинні знати величину цих допустимих навантажень).

3.6. Підйом і опускання вантажів масою понад 20 кг необхідно проводити за допомогою засобів механізації.

Допускається підйом (спуск) на висоту вантажів масою 20 кг і менше за допомогою нескінченного каната або мотузки, довжина яких повинна бути не менше потрійний висоти підйому (спуску). При користуванні мотузкою вантаж прив'язується до її середині.

3.7. При роботі на висоті зі слюсарно-монтажним інструментом переносити його слід в сумках, підсумках, закріплених на запобіжному поясі, або в неоплачених сумках.

3.8. При роботі на конструкціях, під якими розташовані чи знаходяться під напругою струмоведучі частини, пристосування і інструмент, що застосовуються при роботі, щоб уникнути їх падіння необхідно прив'язувати.

3.9. Під час перерв у роботі технологічні пристосування, матеріали, інструмент і інші дрібні предмети, що знаходяться на високо розташованому робочому місці, повинні бути закріплені або прибрані, щоб уникнути можливого їх падіння.

3.10. При швидкості вітру 15 м / с, погіршенні видимості через темряву або туману, наближенні грози або прояві ожеледиці виконання робіт на висоті повинно бути припинено.

#### **4. Вимоги безпеки після закінчення роботи**

4.1. Після закінчення роботи слід привести в порядок робоче місце, спецодяг, прибрати інструменти, пристосування, матеріали і т.п.

4.2. Використані при збиранні ганчірки, дрантя і інші матеріали слід скласти у спеціально відведене місце (наприклад, металевий ящик з кришкою).

4.3. Повідомити особи, відповідальної за проведення робіт, про всі недоліки, помічені під час роботи, і вжиті заходи щодо їх усунення.

#### **5. Вимоги безпеки в аварійних ситуаціях**

5.1. При виникненні аварій і ситуацій, які можуть привести до аварій і нещасних випадків, необхідно:

- негайно припинити роботи і сповістити керівника робіт.
- Під керівництвом керівника робіт оперативно вжити заходів щодо усунення причин аварій або ситуацій, які можуть призвести до аварій або нещасних випадків.

5.2. При виникненні пожежі, задимлення:

- негайно повідомити по телефону «101» в пожежну охорону, сповістити працюючих, довести до відома керівника підрозділу, повідомити про пожежу на пост охорони.
- Відкрити запасні виходи з будівлі, знеструмити електроживлення, закрити вікна і прикрити двері.
- Приступити до гасіння пожежі первинними засобами пожежогасіння, якщо це не пов'язано з ризиком для життя.
- Організувати зустріч пожежної команди.
- Покинути будинок і знаходитися в зоні евакуації.

5.3. При нещасному випадку:

- негайно організувати першу допомогу потерпілому і при необхідності доставити його в медичну організацію.
- Вжити невідкладних заходів щодо запобігання розвитку аварійної або іншої надзвичайної ситуації та впливу травмуючих чинників на інших осіб.
- Зберегти до початку розслідування нещасного випадку обстановку, якою вона була на момент події, якщо це не загрожує життю і здоров'ю інших осіб і не веде до катастрофи, аварії або виникнення інших надзвичайних обставин, а в разі неможливості її збереження - зафіксувати обстановку (скласти схеми, провести інші заходи).

5.4. Перша допомога при нещасних випадках.

#### 5.4.1 Надання першої допомоги при ураженні електричним струмом.

При ураженні електричним струмом необхідно негайно звільнити потерпілого від дії електричного струму, відключивши електроустановку від джерела живлення, а при неможливості відключення - відтягнути його від струмоведучих частин за одяг або застосувавши підручний ізоляційний матеріал.

При відсутності у потерпілого дихання і пульсу необхідно робити йому штучне дихання і непрямий (зовнішній) масаж серця, звернувши увагу на зіниці. Розширені зіниці свідчать про різке погіршення кровообігу мозку. При такому стані оживлення починати необхідно негайно, після чого викликати швидку медичну допомогу.

#### 5.4.2. Перша допомога при пораненні.

Для надання першої допомоги при пораненні необхідно розкрити індивідуальний пакет, накласти стерильний перев'язочний матеріал, що міститься в ньому, на рану і зав'язати її бинтом.

Якщо індивідуального пакету якимсь чином не буде, то для перев'язки необхідно використати чисту носову хустинку, чисту полотняну ганчірку і т.д. На те місце ганчірки, що приходить безпосередньо на рану, бажано накапати декілька крапель настойки йоду, щоб одержати пляму розміром більше рани, а після цього накласти ганчірку на рану. Особливо важливо застосовувати настойку йоду зазначеним чином при забруднених ранах.

#### 5.4.3. Перша допомога при переломах, вивихах, ударах.

При переломах і вивихах кінцівок необхідно пошкоджену кінцівку укріпити шиною, фанерною пластикою, палицею, картоном або іншим подібним предметом. Пошкоджену руку можна також підвісити за допомогою перев'язки або хустки до шиї і прибинтувати до тулуба.

При переломі черепа (несвідомий стан після удару по голові, кровотеча з вух або роту) необхідно прикласти до голови холодний предмет (грілку з льодом або снігом, чи холодною водою) або зробити холодну примочку.

При підозрі перелому хребта необхідно потерпілого покласти на дошку, не підіймаючи його, чи повернути потерпілого на живіт обличчям униз, наглядаючи при цьому, щоб тулуб не перегинався, з метою уникнення ушкодження спинного мозку.

При переломі ребер, ознакою якого є біль при диханні, кашлі, чханні, рухах, необхідно туго забинтувати груди чи стягнути їх рушником під час видиху.

#### 5.4.4. Перша допомога при теплових опіках.

При опіках вогнем, парою, гарячими предметами ні в якому разі не можна відкривати пухирі, які утворюються, та перев'язувати опіки бинтом.

При опіках 1-го ступеня (почервоніння) обпечене місце обробляють ватою, змоченою етиловим спиртом.

При опіках 2-го ступеня (пухирі) обпечене місце обробляють спиртом або 3% -ним марганцевим розчином.



При опіках 3-го ступеня (зруйнування шкіряної тканини) накривають рану стерильною пов'язкою та викликають лікаря.

#### 5.4.5. Перша допомога при кровотечі.

Для того, щоб зупинити кровотечу, необхідно:

- Підняти поранену кінцівку вгору.
- Рану закрити перев'язочним матеріалом (із пакета), складеним у клубочок, придавити її зверху, не торкаючись самої рани, потримати на протязі 4-5 хвилин. Якщо кровотеча зупинилася, не знімаючи накладеного матеріалу, поверх нього покласти ще одну подушечку з іншого пакета чи кусок вати і забинтувати поранене місце (з деяким натиском).
- У разі сильної кровотечі, яку не можна зупинити пов'язкою, застосовується здавлювання кровоносних судин, які живлять поранену область, при допомозі згинання кінцівок в суглобах, а також пальцями, джгутом або закруткою. У разі сильної кровотечі необхідно терміново викликати лікаря.

5.5. У разі виникнення пожежі необхідно викликати пожежну частину і приступити до її гасіння наявними засобами пожежогасіння.

5.6. У всіх випадках необхідно виконувати вказівки керівника робіт по ліквідації наслідків аварії.

Інструкцію розробив:

Інженер з охорони праці



Олександр Гріщенко