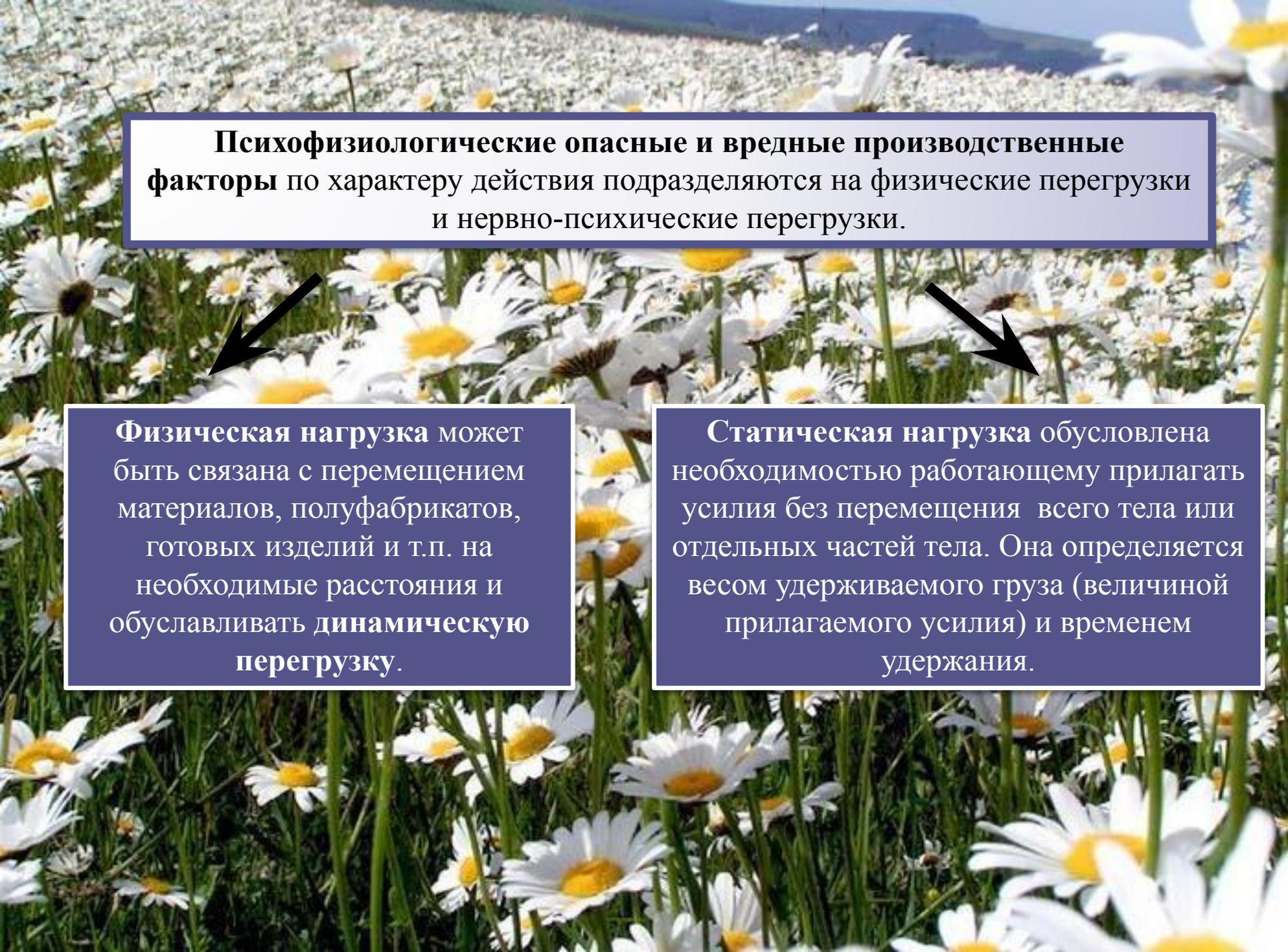


# Психофизиологические опасные и вредные производственные факторы

**Рыжкова  
Анастасия и Чуева  
Яна  
Ю-104**



**Психофизиологические опасные и вредные производственные факторы** по характеру действия подразделяются на физические перегрузки и нервно-психические перегрузки.



**Физическая нагрузка** может быть связана с перемещением материалов, полуфабрикатов, готовых изделий и т.п. на необходимые расстояния и обуславливать **динамическую перегрузку**.

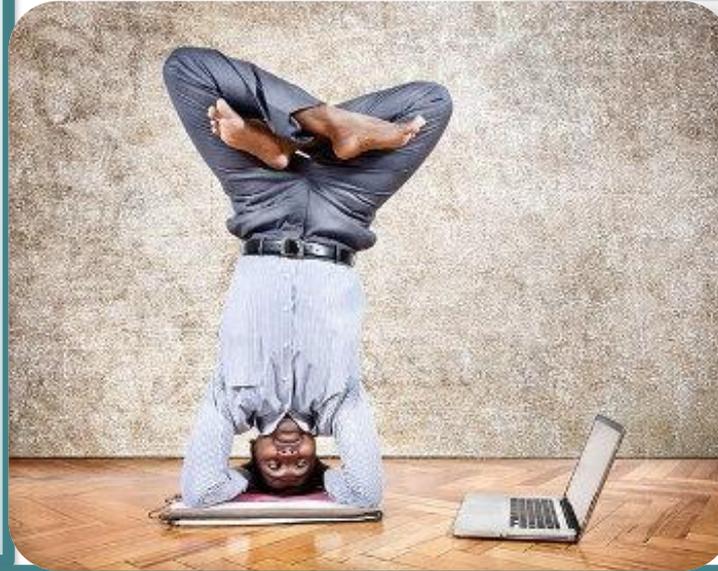


**Статическая нагрузка** обусловлена необходимостью работающему прилагать усилия без перемещения всего тела или отдельных частей тела. Она определяется весом удерживаемого груза (величиной прилагаемого усилия) и временем удержания.

При выполнении трудовых функций работающий может находиться в **вынужденной позе** (наклонные положения тела, вынужденные наклоны, выполнение работы только стоя, на коленях, на корточках и т.п.).



Трудовая деятельность, связанная с выраженной двигательной активностью, при величинах нагрузок, превышающих физиологически обоснованные оптимальные и допустимые значения, оказывает неблагоприятное воздействие на состояние здоровья работающего.



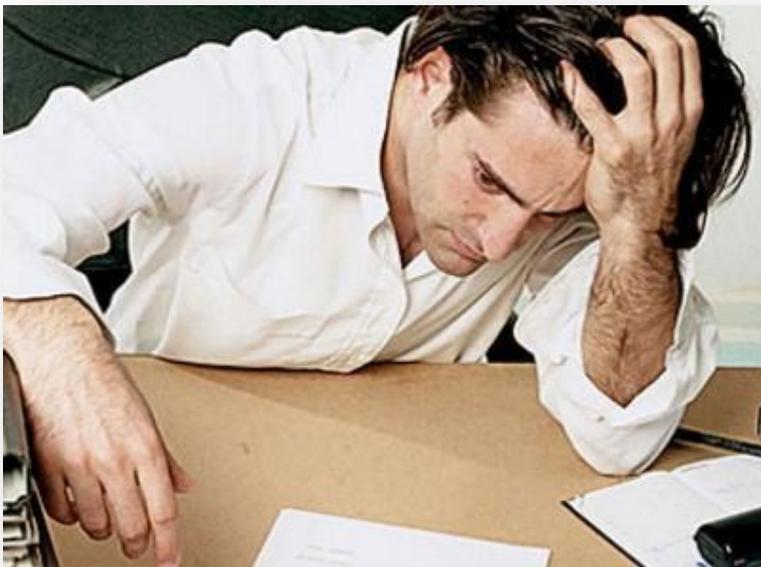
При проектировании рабочего места следует учитывать, что **фиксированная рабочая поза** физиологически не оправдана, так как она вызывает нарушение кровообращения в нижних конечностях и органах тазовой области, приводящие к профессиональным заболеваниям (варикозному расширению вен, геморрою и др.).

Отрицательно на состояние здоровья работающих отражается **гиподинамия** - нарушение функций организма (опорно-двигательного аппарата, кровообращения, дыхания, пищеварения и др.) при ограниченной двигательной активности, снижении сил сопротивления мышц.



**Профилактика гиподинамии** предусматривает исключение статической работы, изменение рабочей позы в процессе работы, проведение производственной гимнастики с рациональным комплексом физических упражнений и т.п. Организация комнат психологической разгрузки способствует снижению усталости и повышению производительности труда работающих, улучшает их настроение, что в конечном счете способствует сохранению их работоспособности и обеспечению охраны труда.

**Напряженность внимания** характеризуется длительностью сосредоточения наблюдения, числом объектов одновременного наблюдения, плотностью сигналов (световых, звуковых) и сообщений. Такой характер деятельности присущ работающим с видеодисплейными терминалами, водителям транспортных средств, поездным диспетчерам, операторам, наблюдающим за сигнализацией на пульте управления, и др.



**Эмоциональные напряжения** вызывают изменения функционального состояния центральной нервной системы. Данный фактор имеет место при работе по напряженному графику; на поточной линии или конвейере; в потенциально опасных условиях в связи с возможностью аварийных ситуаций и риском для собственных жизни и здоровья (усугубляет ситуацию необходимость выполнения работ при дефиците времени); с ответственностью за безопасность других лиц (операторы, профессии управленческого труда и другие, деятельность которых предусматривает персональную ответственность); с материалами, сырьем, оборудованием, загрязненными химическими веществами, радионуклидами и др.

**Эстетический дискомфорт** имеет место при работе с трупными материалами, разложившимися биологическими тканями, естественными и патологическими компонентами, при наличии на рабочем месте стойких и труднопереносимых запахов и т.п.

**Физиологический дискомфорт** создает работа в респираторах, пневматических костюмах, резиновых сапогах, фартуках и рукавицах из просвинцованной резины и т.п.



**Будь мужиком**  
Не терпи дискомфорт

**Чередование работ по сменам** требует определенной перестройки организма. Суточные дежурства, работа только в ночную смену, без естественного света и т.п. оказывает на работающего отрицательное психологическое влияние.

**Монотонной работой** называют такую работу, отличительными признаками которой служит однообразие рабочих действий, их многократное повторение и небольшая длительность.

Соответственно этому различают **два вида монотонности**: монотонность за счет информационной перегрузки одних и тех же нервных центров в результате поступления одинаковых сигналов либо при многократном повторении единообразных движений (например, работа на конвейере с мелкими операциями и др.) и монотонность, вызванная однообразием восприятия, из-за постоянства информации и недостатка новой информации (например, длительное наблюдение за приборными панелями в ожидании важного сигнала и др.).

**Психофизиологические условия труда** определяются также **рабочей обстановкой**, взаимоотношениями в трудовом коллективе (и особенно между работающими и руководителем), уровнем обслуживания, соответствием выполняемой работы способностям и склонностям работающего, общественной престижностью работы и т.п. Поэтому формы руководства трудовым коллективом играют исключительно важную роль. Организация труда и его безопасность должна строиться на основе учета закономерностей не только физиологических, но и психологических реакций работающего на те или иные условия окружающей его среды. В этих условиях создание благоприятного социального и морального климата в коллективе, психологическая совместимость всех его членов – залог успешного решения не только производственных задач, но и задач охраны труда.

