

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
РЕСПУБЛИКИ КОМИ
КОМИ РЕСПУБЛИКАСА ЙӱЗӱС ВЕЛӱДАН ДА ТОМ ЙӱЗ ПОЛИТИКА
МИНИСТЕРСТВО

Государственное профессиональное образовательное учреждение
«Сыктывкарский автомеханический техникум»
«СЫКТЫВКАРСА АВТОМЕХАНИЧЕСКОЙ ТЕХНИКУМ»
УДЖСИКАСӖ ВЕЛӱДАН КАПМУ УЧРЕЖДЕНИЕ

СОГЛАСОВАНО

Председатель профсоюзной организации

ГПОУ «САТ»

С. П. Процько

2016 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГПОУ «САТ»

И. В. Юречкая

2016 г.



ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда для проведения вводного инструктажа для сотрудников
ГПОУ «Сыктывкарский автомеханический техникум»

№ 001

2016 г.

Вводный инструктаж по охране труда проводится со всеми принимаемыми на работу лицами независимо от их образования, стажа работы по данной профессии или должности, а также с временными работниками.

1. Общие положения

1.1. Работающий обязан соблюдать внутренний распорядок техникума в соответствии с Уставом техникума и соглашения к коллективному договору, соблюдать общие правила и меры предосторожности, нормы по охране труда, производственной санитарии и пожарной безопасности.

1.2. Работающий должен соблюдать меры предосторожности при нахождении на территории техникума, предприятия, лаборатории, соблюдать требования безопасности при встрече с проходящим автотранспортом, тракторами, самоходными машинами на территории машинного парка; быть осторожным вблизи водоемов, колодцев, люков, ям и т.д.

1.3. На территории техникума запрещается употребление спиртных напитков, применение наркотических или токсических веществ.

1.4. На территории техникума запрещается нахождение в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения.

1.5. Для предотвращения взрыва или пожара:

- курить разрешается только в специально отведенных для этих целей местах;
- запрещается применять открытый огонь в пожароопасных местах;
- использованные обтирочные материалы и промасленную ветошь необходимо убирать в металлические ящики с плотно закрывающимися крышками;
- запрещается сушить специальную одежду, специальную обувь и другие средства индивидуальной защиты на нагревательных приборах и трубопроводах системы отопления;
- содержать свободными проходы к средствам пожаротушения.

1.6. При обнаружении пожара или загорания необходимо немедленно сообщить об этом в пожарную охрану, приступить к тушению очага пожара имеющимися средствами пожаротушения.

1.7. Быть внимательным к сигналам, подаваемым водителями движущегося транспорта.

1.8. Выполнять требования предупредительных плакатов, надписей, знаков, световых сигналов.

1.9. Перед выходом на проезжую часть дороги убедиться в отсутствии близко движущегося транспорта.

1.10. Обходить на безопасном расстоянии места, где производится сварка, рубка металла, работа на высоте.

1.11. Запрещается:

- находиться под грузом, поднятым грузоподъемным краном;
- ходить в местах, не предназначенных для прохода, ходить по сложенному материалу;
- заходить за ограждения опасных зон;
- включать и останавливать, кроме аварийных случаев, оборудование, работа на котором не входит в трудовую функцию работника;
- прикасаться к открытым токоведущим частям электрооборудования, к арматуре общего освещения, переносным электропроводам, кабелям, лежащим на полу или на земле, открывать двери электрошкафов и электрощитов;
- подходить с открытым огнем к газовым баллонам, емкостям с легковоспламеняющимися жидкостями и материалами, к местам производства окрасочных работ;
- находясь около кислородных баллонов, допускать попадания на них масла, прикасаться к ним руками, загрязненными маслами или жирами, т.к. соединение даже незначительного количества масла или жира с кислородом может вызвать взрыв.

2. Основные положения законодательства об охране труда

2.1. Законодательство Российской Федерации об охране труда состоит из соответствующих норм Конституции Российской Федерации, Трудового кодекса Российской Федерации, иных федеральных законов, указов Президента РФ, постановлений правительства РФ, нормативных правовых актов федеральных органов исполнительной власти, конституций (уставов), законов и иных нормативных правовых актов субъектов РФ, актов органов местного самоуправления. Регулирование отношений в области охраны труда между работодателем и работником, направленных на сохранение жизни и здоровья работников в процессе трудовой деятельности, осуществляется также локальными нормативными актами, содержащими нормы трудового права.

2.2. Законодательство Российской Федерации об охране труда устанавливает правовые основы регулирования отношений в области охраны труда между работодателями и работниками и направлено на создание условий труда, отвечающим требованиям сохранения жизни и здоровья работников в процессе трудовой деятельности.

2.3. В целях обеспечения учебного процесса Администрация обеспечивает работников спецодеждой, обувью и другими средствами индивидуальной защиты по действующим типовым нормам.

Работники обязаны использовать предусмотренные правилами техники безопасности средства индивидуальной защиты и устройства безопасности по назначению.

2.4. Отказ работника от выполнения работ в связи с явными факторами ухудшения условий и безопасности труда, угрожающими его здоровью или жизни, и оговоренными инструкциями по безопасности труда и правилами организации рабочего места, не может служить основанием для применения к нему дисциплинарного взыскания.

В случае приостановки работы на рабочем месте вследствие нарушения законодательства по охране труда, за работником сохраняется рабочее место (должность) и заработная плата по основному месту работы за всё время простоя.

2.5. Администрация обеспечивает установленный нормами тепловой режим в помещениях техникума, подготовленных к зиме.

2.6. Администрация обеспечивает проведение периодических медицинских осмотров работников, при поступлении на работу новых сотрудников техникума запрашивает соответствующие закону медицинские справки.

Администрация обязуется освобождать сотрудников техникума от работы с сохранением заработной платы для прохождения медицинских обследований согласно утвержденного графика, необходимых в связи с профессиональной деятельностью работника, если такие обследования не могут быть проведены во внерабочее время. Для этих целей используется рабочее время, но не более 4-х часов. Отказ работника от прохождения медосмотра рассматривается как нарушение трудовой дисциплины. Контроль за составлением и соблюдением графика прохождения медосмотра возлагается на отдел кадров.

Администрация обязуется организовывать и создавать необходимые условия для своевременного периодического проведения диспансеризации сотрудников техникума.

2.7. Администрация обязуется создавать необходимые условия для работы уполномоченного (доверенного) лица по охране труда, обеспечивать его необходимой информацией, касающейся состояния условий и охраны труда, а также правилами, инструкциями, другими нормативными и справочными материалами за счёт средств техникума.

2.8. В соответствии с ФЗ РФ № 15 от 23.02.2013 «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» запрещается курение табака, а также распитие пива во всех учебных корпусах и общежитиях техникума.

2.9. Администрация техникума ежегодно обеспечивает все структурные подразделения медицинскими аптечками.

2.10. Администрация организуют аттестацию рабочих мест в соответствии с разработанным графиком и наличием денежных средств.

2.11. Администрация применяет меры дисциплинарного взыскания к лицам, не оказывающим содействия работе комиссии по расследованию несчастных случаев.

3. Организационные и технические мероприятия по обеспечению безопасных условий труда

3.1. Основными организационными мероприятиями по обеспечению безопасности труда работников являются:

- обеспечение работников надежными средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- обучение и инструктирование работников безопасным приемам работы, использованию средств индивидуальной и коллективной защиты;
- осуществление контроля за их правильным применением;
- осуществление допуска к проведению работ, которые должны выполняться по наряду или распоряжению; организация надзора и контроля за проведением этих работ;
- применение рациональных режимов труда и отдыха;
- обеспечение прохождения работниками медицинских осмотров;

- осуществление контроля за состоянием условий и охраны труда на рабочих местах, производственных участках, цехах.

4. Ответственность за нарушение требований охраны труда

4.1. Лица, виновные в нарушении требований охраны труда, в невыполнении обязательств по охране труда, предусмотренных коллективным договором и соглашениями, трудовыми договорами, либо препятствующие деятельности представителей органов государственного надзора и контроля за соблюдением требований охраны труда, а также органов общественного контроля, несут дисциплинарную, административную, материальную и уголовную ответственность в порядке, установленном законодательством Российской Федерации.

4.2. Различаются следующие виды дисциплинарных взысканий: замечание, выговор, увольнение по соответствующим основаниям.

4.3. К административным взысканиям за нарушение требований охраны труда относятся административный штраф и дисквалификация.

4.4. Уголовная ответственность за нарушение требований по охране труда предусматривает следующие виды наказаний: штраф, лишение права занимать определенную должность и заниматься определенной деятельностью, исправительные работы, лишение свободы на определенный срок.

5. Порядок расследования и учета несчастных случаев на производстве

Порядок расследования и учета несчастных случаев на производстве регламентируется Трудовым кодексом Российской Федерации и «Положением об особенностях расследования несчастных случаев на производстве в отдельных отраслях и организациях».

5.1. Расследованию и учету подлежат несчастные случаи: травмы, в том числе полученные в результате нанесения телесных повреждений другим лицом, острые отравления, тепловые удары, ожоги, обморожения, утопления, поражения электрическим током, молнией, излучением, укусы насекомых и пресмыкающихся, телесные повреждения, нанесенные животными, повреждения в результате взрывов, аварий, разрушений зданий, сооружений и конструкций, стихийных бедствий и других чрезвычайных ситуаций, повлекшие за собой необходимость перевода работника на другую работу, временную (на срок не менее одного дня) или стойкую утрату им трудоспособности, либо его смерть и происшедшие при выполнении работником своих трудовых обязанностей (работ) на территории организации или вне ее, а также во время следования к месту работы или с работы на транспорте, предоставленном организацией.

5.2. Работодатель обязан:

- обеспечить незамедлительное оказание пострадавшему первой помощи, а при необходимости доставку его в учреждение здравоохранения;
- принять неотложные меры по предотвращению развития аварийной ситуации;
- организовать формирование комиссии по расследованию несчастного случая;
- обеспечить сохранение до начала расследования обстоятельств и причин несчастного случая обстановки на рабочем месте и состояние оборудования такими, какими они

были на момент происшествия, если это не угрожает жизни и здоровью работников и не приведет к аварии.

5.3. Ответственность за организацию, своевременное расследование и учет несчастных случаев на производстве, разработку и реализацию мероприятий по устранению причин этих несчастных случаев несет работодатель.

5.4. Расследование несчастных случаев производится комиссией, образуемой из специалиста по охране труда, представителей работодателя. По требованию пострадавшего (в случае смерти пострадавшего – его родственников) в расследовании несчастного случая может принимать участие его доверенное лицо.

5.5. Расследование обстоятельств и причин несчастного случая должно быть проведено в течение трех дней.

5.6. Несчастные случаи, о которых не было сообщено работодателю или в результате которых нетрудоспособность наступила не сразу, расследуются по заявлению пострадавшего или его доверенного лица в течение месяца со дня поступления этого заявления.

5.7. Расследование тяжелых, групповых несчастных случаев с тяжелыми последствиями и несчастных случаев со смертельным исходом проводится в течение 15 дней комиссией, возглавляемой государственным инспектором труда.

5.8. Работодатель обязан не позднее трех дней после окончания расследования несчастного случая на производстве выдать один экземпляр акта формы Н-1 о несчастном случае на производстве, утвержденного им и заверенного печатью организации, пострадавшему (родственникам погибшего по их требованию), второй экземпляр хранится с материалами расследования в течение 45 лет в организации по месту работы, третий экземпляр для Фонда социального страхования. Каждый акт по форме Н-1 учитывается и регистрируется в журнале.

5.9. Разногласия по вопросам расследования, оформления и учета несчастных случаев, непризнания работодателем несчастного случая, отказа несогласия пострадавшего или его доверенного лица с содержанием этого акта рассматриваются государственными инспекциями труда или судом. При этом подача жалобы не является основанием для неисполнения работодателем решений государственного инспектора по охране труда.

6. Основы производственной санитарии

6.1. Основные санитарные требования к производственным зданиям и помещениям.

Санитарные требования к производственным зданиям и помещениям зависят от их назначения.

Объем производственного помещения на одного работника должен составлять не менее 15 куб. м, а площадь - не менее 4,5 кв. м. Производственные процессы, сопровождающиеся шумом, вибрацией, выделением пыли, вредных газов, необходимо изолировать, размещая их в кабинах или специальных помещениях. Полы производственных помещений делаются плотными, ровными, нескользкими, удобными для очистки, имеющими малую теплопроводимость. Они не должны быть источником образования пыли. Стены и потолки помещений должны быть гладкими, ровными и

удобными для очистки. Все подмости, площадки, проходы и прочие сооружения, возвышающиеся над уровнем пола на 0,5 м и выше, а также ведущие к ним лестницы, ограждаются перилами высотой не менее 1 м со сплошной обшивкой или бортом внизу высотой не менее 0,15 м, а стационарные лестницы, переходы и лестничные площадки - перильными ограждениями со сплошной обшивкой или бортом высотой не менее 0,15 м. Производственные помещения, лестничные площадки, проходы и рабочие места запрещено загромождать сырьем, отходами, полуфабрикатами, готовыми изделиями. Для этих целей отводятся определенные места в соответствии с нормами технологического проектирования и санитарными требованиями.

6.2. Основные санитарные требования к бытовым зданиям и помещениям. Санитарно-бытовые помещения должны быть оборудованы внутренним водопроводом, канализацией, отоплением, вентиляцией, освещением, мебелью, соответствующими приборами.

6.3. Действие вредных веществ на организм человека.

Вредные вещества разделяются на химические и производственную пыль.

Согласно ГОСТ 12.1.005-88 «ССБТ. Общие санитарно-гигиенические требования к воздуху рабочей зоны» все вредные вещества подразделяются на 4 класса: 1-й - чрезвычайно опасные (ртуть, свинец, озон, фосген и др.); 2-й - высокоопасные (оксиды азота, бензол, йод, марганец, медь, сероводород, едкие щелочи, хлор и др.); 3-й - умеренно опасные (ацетон, ксилол, сернистый ангидрид, метиловый спирт и др.); 4-й - малоопасные (аммиак, бензин, скипидар, этиловый спирт, оксид углерода и др.).

Следует иметь в виду, что и вещества малоопасные при длительном воздействии могут при больших концентрациях вызывать тяжелые отравления. Вредность производственной пыли обусловлена ее способностью вызывать профессиональные заболевания легких.

Решающее влияние на степень поражения организма человека вредными химическими веществами и пылью имеют концентрация их в воздухе рабочей зоны и продолжительность воздействия. Поэтому для профилактики профессиональных заболеваний большое значение имеет установление предельно допустимых концентраций вредных веществ.

6.4. Защита от шума.

Защита работников от шума может осуществляться как коллективными средствами и методами, так и индивидуальными средствами. В первую очередь надо использовать коллективные средства, которые по отношению к источнику шума подразделяются на средства, снижающие шум в источнике его возникновения, и средства, снижающие шум на пути его распространения от источника до защищаемого объекта. Наиболее эффективны мероприятия, ведущие к снижению шума в источнике его возникновения. Борьба с шумом после его возникновения обходится дороже и часто является малоэффективной.

Средства индивидуальной защиты от шума подразделяются на:

- противозумные наушники, закрывающие ушную раковину снаружи;
- противозумные вкладыши, перекрывающие наружный слуховой проход или прилегающие к нему;
- противозумные шлемы и каски;
- противозумные костюмы.

7. Основы техники безопасности

7.1. Общие требования безопасности к производственным процессам.

Работодатель обязан обеспечить безопасность технологических процессов, а именно:

- устранение непосредственного контакта работников с исходными материалами, заготовками, полуфабрикатами, готовой продукцией и отходами производства, оказывающими вредное воздействие;
- замена технологических процессов и операций, связанных с возникновением опасных и вредных производственных факторов, на процессы и операции, где действие этих факторов устранено или сведено к минимуму;
- применение комплексной механизации, автоматизации и дистанционного управления в тех случаях, когда действие опасных и вредных производственных факторов нельзя устранить;
- обеспечение герметизации производственного оборудования;
- применение средств коллективной защиты;
- применение системы контроля и управления технологическим процессом, обеспечивающей защиту работников и аварийное отключение производственного оборудования;
- оснащение технологических процессов устройствами, обеспечивающими получение своевременной информации о возникновении опасных и вредных производственных факторов на отдельных технологических операциях;
- своевременное удаление и обезвреживание отходов производства, являющихся источниками опасных и вредных производственных факторов;
- применение рациональных режимов труда и отдыха с целью предупреждения психофизиологических опасных и вредных производственных факторов (монотонности, гиподинамии и т. п.).

7.2. Общие требования безопасности к производственному оборудованию.

Оборудование должно быть снабжено необходимыми техническими средствами безопасности.

Представляющие опасность движущиеся части оборудования должны быть ограждены.

Оборудование не должно служить источником выделения в рабочую зону производственных помещений вредных веществ или различного вида излучений выше предельно допустимого уровня (концентрации). Для удаления вредных, взрыво или пожароопасных веществ оборудование следует оснащать специальными устройствами.

Конструкция оборудования должна обеспечивать исключение или снижение до регламентированных уровней шума, ультразвука, инфразвука, вибрации.

Входящие в конструкцию оборудования рабочие места и их элементы должны обеспечивать удобство и безопасность обслуживания.

Оборудование должно иметь средства сигнализации о нарушении нормального режима работы, а в необходимых случаях - средства автоматического останова, торможения и отключения от источников энергии.

Средства защиты должны быть легкодоступны для обслуживания и контроля. При необходимости их снабжают устройствами автоматического контроля.

7.3. Электробезопасность.

Основными техническими способами и средствами защиты от поражения электрическим током, используемыми отдельно или в сочетании друг с другом, являются: защитное заземление, зануление, выравнивание потенциалов, малое напряжение, электрическое разделение сетей, защитное отключение, изоляция токоведущих частей (рабочая, дополнительная, усиленная, двойная), компенсация токового замыкания на

землю, оградительные устройства, предупредительная сигнализация, блокировка, знаки безопасности, изолирующие защитные и предохранительные приспособления.

Средства защиты от поражения электрическим током.

По назначению электрозщитные средства подразделяются на изолирующие (диэлектрические перчатки, боты, галоши, ковры, инструменты с изолирующими ручками и др.), ограждающие (переносные ограждения, заземления и др.) и предохранительные (пояса, защитные очки и др.). Изолирующие средства в процессе эксплуатации периодически испытываются.

Меры личной электробезопасности.

Во время работы следует строго выполнять следующие правила по электробезопасности:

- включение электрооборудования производить вставкой исправной вилки;
- электроприборы не заливать водой во время мойки и не включать сырыми руками;
- если во время работы обнаружится неисправность электрооборудования или работающий с ним почувствует хотя бы слабое действие тока, работа должна быть немедленно прекращена и неисправное оборудование должно быть сдано для проверки или ремонта; отключить электрооборудование при перерыве в работе и по окончании рабочего процесса;
- перед каждым применением средства защиты, работник обязан проверить его исправность, отсутствие внешних повреждений, загрязнений и срока годности (по штампу на нем);
- не наступать на проложенные на земле или полу электрические провода и кабели временной проводки;
- не снимать ограждения и защитные кожухи с токоведущих частей оборудования, аппаратов и приборов, не открывать двери электrorаспределительных (шкафов) щитов, не хранить в них какие-либо предметы;
- неукоснительно выполнять требования плакатов и знаков безопасности.

7.4. При обнаружении оборванного провода:

- не дотрагиваться до оборванного провода и не заходить в зону возможного действия шагового напряжения;
- не допускать в опасную зону других людей, по возможности оградить и незамедлительно сообщить о случившемся администрации.

8. Основы пожарной безопасности

8.1. Предотвращение пожара на предприятиях.

Профилактика пожара достигается:

- предотвращением образования горючей среды (это обеспечивается применением негорючих и трудногорючих веществ и материалов);
- ограничением массы и объема горючих веществ, материалов, их безопасным размещением; поддержанием концентрации горючих газов, паров, взвесей и окислителя в смеси вне пределов их воспламенения; механизацией и автоматизацией технологических процессов и т. п.);
- предотвращением образования в горючей среде источников зажигания (это обеспечивается применением машин, механизмов, оборудования, устройств, при эксплуатации которых не образуется источника зажигания);
- применением электрооборудования, соответствующего пожароопасной и взрывоопасной зонам, характеристикам взрывоопасной смеси, применением быстродействующих средств защитного отключения возможных источников зажигания и т. п.).

Взрывозащитное электрооборудование используется для предупреждения взрыва во взрывоопасных зонах. Взрывозащита этого электрооборудования обеспечивается специальными конструктивными средствами и мерами, предотвращающими возможность воспламенения взрывоопасной смеси от электрических дуг, искр, пламени и нагретых частей электрооборудования.

Молниезащита - это комплекс защитных устройств, предназначенных для предупреждения и нейтрализации опасных проявлений атмосферного электричества. Для защиты от прямых ударов молнии применяется молниепровод, состоящий из молниеприемника, токоотвода и заземлителя.

8.2. Противопожарная защита предприятия.

Противопожарная защита обеспечивается: применением средств пожаротушения и пожарной техники, автоматических установок пожарной сигнализации и пожаротушения, устройствами, обеспечивающими ограничение распространения пожара; организацией своевременной эвакуации людей и т. п.

8.3. Способы и средства тушения пожаров.

Для тушения пожаров применяют воду, водяной пар, химические и воздушно-механические пены, инертные газы, галогеносодержащие углеводороды, порошки и т. п.

Первичные средства тушения пожаров - это внутренние пожарные краны, огнетушители, песок, одеяла и кошма, лопаты и совки, багры и топоры и т. п.

Широко применяются ручные огнетушители: химические, пенные, углекислотные, порошковые.

Огнетушители пенные химические в электроустановках, находящихся под напряжением, применять нельзя.

Углекислотные огнетушители допускаются к применению в электроустановках, находящихся под напряжением.

Порошковые огнетушители служат для тушения древесины, пластмасс и т. д.

Охранно-пожарная сигнализация извещает органы пожарной охраны о месте возникновения

пожара (бывает автоматического и ручного действия). Для оповещения о пожаре широко используется также телефонная связь.

8.4. Организационно-технические мероприятия по обеспечению пожарной безопасности:

- организационно-технические мероприятия включают: организацию пожарной охраны;
- обучение работников правилам пожарной безопасности;
- разработку инструкций о порядке работы с пожароопасными веществами и материалами и мероприятий по действиям на случай возникновения пожара и эвакуации людей; применение средств наглядной агитации по обеспечению пожарной безопасности; возложение ответственности за пожарную безопасность предприятия и его структурных подразделений на соответствующих должностных лиц; создание пожарно-технических комиссий;
- добровольных пожарных дружин;
- организацию массовой разъяснительной работы среди работников.

9. Действия по оказанию первой помощи пострадавшему при несчастном случае

9.1. Помощь при поражении электрическим током

Необходимо как можно быстрее освободить пострадавшего от контакта с токонесущими предметами. Наиболее верный и простой способ – отключение электросети при помощи рубильника, выключателя путем разъема штепсельного соединения или вывертывания предохранителей. Если этими приемами отключить электропитание невозможно, следует перерубить провода (каждый отдельно) топором или другим предметом с изолирующей ручкой.

Человек, оказывающий помощь, не должен касаться ни токоведущих частей, ни пострадавшего, находящегося в контакте с этими частями. Это правило нужно соблюдать всегда, независимо от того, отключены или нет токоведущие части. В том случае если невозможно отключить электроток перечисленными способами, пострадавшего следует отделить от токоведущих предметов путем оттягивания за одежду или любую часть тела, обязательно надев при этом диэлектрические перчатки и галоши. Провод, упавший на человека, можно отбросить сухой палкой, доской или другим предметом, не проводящим электрический ток. Отделение пострадавшего от токоведущих частей при напряжении свыше 1000 В производится изолирующими клещами или другими специальными приспособлениями, рассчитанными на соответствующее напряжение. При этом человек, оказывающий помощь, должен обязательно надеть боты и диэлектрические перчатки. Как только пострадавший будет отделен от контакта с электросетью, необходимо приступить к оказанию первой помощи непосредственно на месте происшествия.

9.2. Реанимационные мероприятия

Пострадавшего укладывают на спину и проверяют наличие дыхания и пульса. Наличие дыхания устанавливают по движению грудной клетки. Наличие пульса определяют путем ощупывания лучевой артерии у основания большого пальца руки или сонной артерии на шее с правой или левой стороны кадыка. Отсутствие пульса свидетельствует об остановке сердца. При остановке сердца и отсутствии дыхания срочно приступают к непрямому массажу сердца

и проведению искусственной вентиляции легких. Искусственную вентиляцию легких рекомендуется проводить способом «изо рта в рот». Для этого на рот пострадавшего накладывают кусок марли или носовой платок, и оказывающий помощь, приложившись через них своим ртом ко рту пострадавшего, форсированно вдыхает в него воздух с частотой 10-15 выдохов в минуту. Непрямой массаж сердца заключается в том, что оказывающий помощь опирается на нижнюю половину груди пострадавшего ладонями кистей рук, положенных одна на другую, и производит ритмичные надавливания на грудную клетку 60-70 раз в минуту. Эффективность массажа сердца контролируется по пульсовым толчкам на лучевой или сонной артериях, которые совпадают с массажными движениями. Одновременно с массажем сердца делают искусственное дыхание «изо рта в рот». В течение каждых 5 мин массажа следует контролировать по пульсу, не появились ли самостоятельные сокращения сердца после прекращения массажных движений. Искусственное дыхание и массаж сердца необходимо производить непрерывно до прибытия врача. Эти мероприятия могут производить несколько человек, сменяя друг друга.

9.3. Помощь при кровотечениях

Наружное кровотечение возникает при различных ранениях, сопровождающихся повреждением артериальных и венозных сосудов. Наиболее опасно артериальное кровотечение, при котором кровь вытекает быстро, пульсирующей струей и имеет алую окраску. Венозное кровотечение, даже если оно сильное, характеризуется «наплыванием» крови из глубины раны и отсутствием пульсации; кровь темно-красного цвета с синюшным оттенком. При кровотечении нельзя терять ни минуты, в том числе на поиски

стандартных средств для остановки кровотечения. Самым первым по очередности и самым простым способом является пальцевое прижатие кровоточащего сосуда или тампонада раны. Оказывающий помощь пальцем или кулаком прижимает непосредственно то место, откуда вытекает кровь, и держит их до тех пор, пока не остановится кровотечение или пока не будут применены другие способы его остановки. Желательно (но необязательно) использование стерильных тампонов, которые следует положить на рану, и через них производить пальцевое прижатие кровоточащего сосуда. В случае не очень сильного кровотечения тампон, положенный на рану, можно туго прибинтовать к пораженной части тела и таким образом добиться полной остановки кровотечения. Этот метод называется методом «давящей повязки», он оказывается почти всегда достаточным для остановки кровотечения. К наложению кровоостанавливающего жгута нужно прибегать как можно реже и только в тех случаях, когда оказываются неэффективны все другие способы остановки кровотечения. Место наложения жгута выбирают таким образом, чтобы оно оказалось расположенным ближе к сердцу по отношению к месту расположения раны. Конечность перед наложением жгута поднимают вверх и удерживают в таком положении несколько минут для того, чтобы произошел отток крови, затем на предполагаемое место наложения жгута помещается прокладка из любой мягкой ткани и жгут накладывается с таким усилием, чтобы прекратилось кровотечение.

9.4. Помощь при обмороке

Обморок - это потеря сознания в результате острого малокровия головного мозга. Обморок может возникать вследствие переутомления на фоне физического или морального (эмоционального) перенапряжения, при недоедании, сильном испуге. Иногда обморок имеет место при приеме лекарственных средств, понижающих артериальное давление. Развитию обморока способствуют перегревание, работа в душном, плохо вентилируемом помещении. При обмороке человек бледнеет, может учащаться дыхание, пульс становится слабым, потеря сознания длится от нескольких секунд до 20-30 мин. При длительном глубоком обмороке могут появиться судороги. Очень часто люди чувствуют приближение обморока и успевают пожаловаться на плохое самочувствие. Помощь заключается в том, что пострадавшего укладывают так, чтобы голова оказалась ниже туловища и ног. Шея и грудь освобождаются от стесняющей одежды, лицо опрыскивают холодной водой, дают подышать нашатырным спиртом. При восстановлении сознания не следует спешить с разрешением садиться или вставать.

9.5. Помощь при отравлении газами

Отравление газом чаще всего наблюдается при пожарах, при неисправностях печного отопления; иногда к тяжелым отравлениям может привести пребывание в закрытом помещении, куда поступают выхлопные газы от двигателей внутреннего сгорания (угарный газ). Отравление бытовым газом (пропан-бутан) наступает при неисправности газопроводов или утечке газа. Во всех случаях отравления газом наступает кислородная недостаточность. В случае если сохранено сознание, пострадавший жалуется на сильную головную боль, головокружение, тошноту. При более тяжелом отравлении наступают галлюцинации с бредом, иногда к этому присоединяется рвота. Кожа приобретает багрово-синюшную окраску. При крайней степени отравления пострадавший теряет сознание, наступают расстройства дыхания и

сердечной деятельности, что может привести к смерти. Помощь состоит в возможно более быстром удалении пострадавшего из отравленной атмосферы. Больному желательно обеспечить ингаляцию кислородом (из кислородной подушки), положить на

голову пузырь со льдом. При остановке дыхания и сердца - производить искусственную вентиляцию легких и непрямой массаж сердца.

9.6. Помощь при ожогах

Ожоги возникают в результате действия на ткани тела горючих жидкостей или пламени (термические ожоги) или вследствие попадания на покровы тела агрессивных сред: кислот или щелочей (химические ожоги). Различают 4 степени ожогов: 1-я степень - покраснение кожи; 2-я степень - покраснение кожи с образованием пузырей; 3-я степень - выгорание кожи; 4-я степень - выгорание кожи и более глубоко лежащих тканей вплоть до костей. При термических ожогах следует как можно быстрее применить местное охлаждение холодной водой из-под крана, при помощи пузыря со льдом или путем применения специальных криопакетов в течение 15-20 мин. Не следует вскрывать или удалять пузыри и производить какие-либо манипуляции с ожоговой поверхностью. На область ожога накладывают марлевую повязку, которую можно смочить антисептической жидкостью (раствором фурацилина, 2%-ным раствором марганцовокислого калия и т. п.) или в простейшем варианте - холодной водой. При химических ожогах кислота смывается мыльной водой или 1-2%-ным раствором соды, а щелочь - раствором уксусной кислоты или лимонной кислоты.

9.7. Помощь при обморожениях

Обморожения наступают при низких температурах окружающего воздуха. Обморожению способствуют высокая влажность, переутомление, истощение, тесная обувь или одежда. Обмороженная часть тела теряет чувствительность, кожа приобретает бледно-синюшную окраску. При распространенном обморожении могут наступить урежение пульса (менее 60 ударов в 1 мин), снижение артериального давления, потеря сознания и смерть. Помощь заключается в том, что пострадавшего раздевают, а пораженную часть тела или всего человека помещают в теплую ванну с температурой воды 35-40°C. При остановке сердца и отсутствии дыхания необходимо производить искусственную вентиляцию легких и массаж сердца.

9.8. Помощь при ушибах

На место ушиба накладывается тугая повязка с помощью бинта. После этого к нему прикладывается пузырь со льдом на 10-15 мин.

9.9. Помощь при растяжении связок

Заключается в создании покоя пораженной части тела путем наложения тугой бинтовой повязки либо с помощью шин. На место растяжения связок кладется пузырь со льдом на 10-15 мин.

9.10. Помощь при вывихах

Вывих - это частичное или полное выхождение суставного конца кости из суставной впадины другой кости. Чаще других происходят вывихи в плечевом суставе (вывих плеча) и в тазобедренном суставе (вывих бедра). Во всех случаях вывихов наблюдается заметное изменение формы сустава, которое легко обнаружить при сравнении с формой нормального симметричного сустава. Движения в вывихнутой части конечности более болезненны и ограничены. При оказании первой помощи не следует предпринимать попыток вправления вывиха до прибытия врача. Требуется обеспечить максимальное обездвижение вывихнутой кости с помощью шин или косынок.

9.11. Помощь при переломах

Переломы костей конечностей определяются на глаз. В месте перелома изменяется форма конечности, и она может принимать совершенно необычное положение. При попытках движения обнаруживается ненормальная болезненность в тех частях, где нет сустава. Эти движения даже при минимальной амплитуде сопровождаются резкой болью. При переломах костей таза пострадавший не может подняться в положении лежа выпрямленными в коленном суставе ногами. При переломах ребер возникает резкая боль при дыхании, а глубокие вдохи сопровождаются треском, который слышит сам пострадавший и旁人 оказывающая помощь. Характерным признаком переломов костей черепа является истечение крови из ушей и носа. При падении с высоты часто встречаются переломы позвоночника. Эти виды переломов опасны из-за возможного паралича ног. Помощь при переломах состоит в том, чтобы создать покой поврежденной части тела за счет неподвижности при или укладывания пострадавшего на носилки или подстилку. Не следует до прибытия врача поднимать пострадавшего, зашивать, его ходить или пытаться вправлять перелом. При открытом переломе на рану следует положить стерильную повязку.

9.12. Помощь утопающему

Примерно через 30 секунд после погружения в воду утопающий начинает делать инстинктивные дыхательные движения, и рывком пытается вынырнуть из воды и наступают судороги. Утопающему следует как можно быстрее прийти на помощь. После извлечения воды с пострадавшего снимают одежду, рот и нос очищают от инородных предметов и удаляют воду, вливаемую в легкие и желудок. Для этого его кладут животом вниз на спину и одежду, сильно

палагивают на спину между лопатками до тех пор, пока из рта не перестанет вытекать жидкость. После этого в случае остановки сердца производят искусственную вентиляцию легких и массаж сердца, не прекращая эти мероприятия до прибытия врача.

9.13. Помощь при укусах насекомых и животных

Единичные укусы пчел, ос, шмелей неприятны, болезненны, но особой опасности не представляют. В случае укуса из ранки вынимают жало и накладывают примочку из хозяйной соды или нашатырно-анисового спирта в воде. Опасны укусы клещей. Эти укусы могут привести к крайне тяжелой болезни головного мозга - энцефалиту. В первые 2-3 часа после присасывания у клеща клещ выпускает в кровь человека небольшое количество возбудителей заболевания, и заражение маловероятно. Поэтому клеща следует как можно быстрее удалить с кожи. Внедрившееся в кожу насекомое можно заставить вылететь, смазав кожу вокруг места присасывания камфорным маслом. После этого насекомое удаляется более легким пальцем или пинцетом. При удалении от укуса человека следует направить к врачу. При укусе пчелы необходимо срочное и тщательное очищение яды ртом из ранки. Это может сделать как сам пострадавший, так и лица, оказывающие помощь. Яд явится по явным в рот и желудок, безопасен. После этого пострадавшему обеспечивается покой и обильное питье. Не следует применять дерогатные компрессы: жгуты, прижигание укушенной части, вырезание и т. п. Укус собаки или кошки может стать причиной такого опасного заболевания, как бешенство. При укусе животного на ранку выдавливают кровь, место укуса промывают кипяченой водой и накладывают на него повязку. Пострадавшего следует срочно направить в медицинское учреждение для проведения прививок при бешенстве.

Инструктор составил:

Специалист ГО

П.И. Мильков