

Принято:  
На общем собрании  
Трудового коллектива  
Протокол № 1  
от «20» января 2017 года

Утверждаю:  
Директор МБОУ «Средняя  
общеобразовательная школа №3»  
И.И.Иванова  
Введено в действие приказом по школе  
№73 от «01» февраля 2017 года



## **Программа**

### **вводного инструктажа по охране труда**

Составила:

Иванова Н.И., директор

Верхняя Салда, 2017г.

## Разделы и основные вопросы вводного инструктажа

|   |                       |
|---|-----------------------|
| I. Общие сведения об образовательном учреждении.<br>1.2. Основные опасные и вредные факторы в образовательном процессе  | 5 минут               |
| II. основополагающие законодательные акты об охране труда<br>2.1. Конституция РФ, принятая 12.12.93.<br>2.2. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 2012 года<br>2.3. Трудовой кодекс РФ от 2001 г.<br>2.4. Федеральный закон «Об основах охраны труда в РФ» от 17 июля 1999г<br>2.5. Основы законодательства РФ об охране здоровья граждан от 22 июля 1993 г.<br>2.6. Федеральный закон «О профессиональных союзах, их деятельности» — ст. 20 (принят Государственной думой 08.12.1995 г.) | 5 минут               |
| III. Трудовая дисциплина<br>3.1. Трудовой договор. Рабочее время и время отдыха. Оплата труда, льготы и компенсации.<br>3.2. Понятие трудовой дисциплины.   | 10 минут              |
| IV. Правила внутреннего трудового распорядка.<br>4.1. Правила внутришкольного трудового распорядка, ответственность за невыполнение и нарушение Устава школы  | 15 минут              |
| V. Охрана труда женщин и лиц моложе 18 лет  | 5 минут               |
| VI. Общие правила электробезопасности.  | 5 минут               |
| VII. Основные требования гигиены и санитарии.   | 5 минут               |
| VIII. Порядок расследования и оформления документации о несчастном случае.  | 10 минут              |
| IX. Пожарная безопасность<br>Способы и средства предотвращения пожаров, взрывов.<br>Действия персонала при их возникновении. Необходимость прохождения инструктажей по противопожарной безопасности и проведения учебных занятий со школьниками.  | 15 минут              |
| X. Оказание первой помощи пострадавшим.<br>Действия учителя при возникновении несчастных случаев в учебном заведении в урочное и внеурочное время. Организация первой помощи в школе.   | 15 минут              |
| <b>Итого:</b>   | <b>1 час 30 минут</b> |

# ВВОДНЫЙ ИНСТРУКТАЖ ДЛЯ РАБОТНИКОВ ШКОЛЫ

## ИОТ – 003 - 2017

### I. Общие сведения об образовательном учреждении.

1.1. МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №3» построена в 1961 году. Четырехэтажное здание типовой постройки. Площадь здания составляет 3 472,4 кв.м. В школе имеются:

- 2 кабинета русского языка и литературы;
- 2 кабинета информатики;
- 1 кабинет иностранного языка;
- 1 кабинет физики;
- 1 кабинет химии;
- 1 кабинет биологии;
- 1 кабинет географии/истории;
- 2 кабинета математики;
- 8 кабинетов начальных классов;
- 2 кабинета технологии (в структурном подразделении «Межшкольные учебные мастерские»);
- 2 учебных мастерских (деревообработка и металлообработка(в структурном подразделении «Межшкольные учебные мастерские»);
- Кабинет электротехники ((в структурном подразделении «Межшкольные учебные мастерские»);
- актовый зал;
- 1 спортивный зал;
- библиотека;
- медицинский блок;
- 1 кабинет психолога;
- кабинет логопеда
- кабинет социального педагога
- кабинет ДО
- столовая.

### 1.2. Основные опасные и вредные факторы в образовательном процессе

1.2.1. Опасные факторы в образовательном процессе — факторы, воздействие которых при определенных условиях может привести к травмированию или внезапному резкому ухудшению здоровья.

Основными опасными факторами в образовательном процессе МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №3» являются:

- **физические** (опасное напряжение в электрической сети; технические средства обучения (ТСО); лабораторное оборудование; ультрафиолетовое излучение; спортивное оборудование и инвентарь; скользкие поверхности; электрооборудование; горячая вода в туалетных комнатах; система вентиляции; движущиеся части оборудования и механизмов; стекла; острые кромки приспособлений и инвентаря; падающие предметы);
- **химические** (едкие химические вещества, используемые при проведении демонстрационных опытов, лабораторных и практических работ по химии);
- **психофизиологические** (ослабление внимания вследствие напряжения зрения, интеллектуальных и эмоциональных нагрузок).



**1.2.2. Вредные факторы в образовательном процессе** — факторы, воздействие которых при определенных условиях может привести к заболеванию или снижению работоспособности.

Основными вредными факторами в образовательном процессе МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №3» являются:

- **физические** (низкочастотные электрические и магнитные поля; статическое электричество; повышенная температура; ионизация воздуха; статические и динамические нагрузки; шум; вибрация; пониженное значение температуры в помещениях);
- **химические** (пыль; вредные химические вещества, выделяемые при работе принтеров, копировальной техники и горении сухого горючего; повышенная концентрация различных химических веществ в воздухе);
- **биологические** (микроорганизмы, содержащиеся во влажных препаратах и биологических культурах);
- **психофизиологические** (напряжение зрения и внимания; интеллектуальные и эмоциональные нагрузки; длительные статические нагрузки и монотонность труда).

## **II. Основополагающие законодательные акты об охране труда**

- Конституция Российской Федерации.
- Трудовой кодекс Российской Федерации.
- Федеральный закон «Об обязательном социальном страховании от несчастных случаев на производстве и профзаболеваний».

Основные положения для реализации права граждан на охрану труда, их жизни и здоровья в процессе деятельности определяют основополагающие законодательные акты об охране труда, распространяется на всех граждан, которые работают. Законодательство гласит, что работник имеет право отказаться от порученной работы, если создалась ситуация, опасная для его жизни или здоровья, или людей, которые его окружают.

Работники имеют право на:

- отдых в соответствии с трудовым кодексом РФ;
- здоровые и безопасные условия труда;
- материальное обеспечение в порядке социального страхования по утрате трудоспособности;
- решение коллективных трудовых конфликтов.

Работники обязаны:

- заботиться о своем здоровье и здоровье своих детей, не вредить здоровью других граждан;
- проходить своевременно периодические медицинские осмотры;
- оказывать первую помощь другим работникам и обучающимся, которые попали в условия, угрожающие их жизни и здоровью.

**III. Трудовая дисциплина в учреждении** основывается на сознательном и добросовестном выполнении правил внутреннего трудового распорядка. Работники принимаются на работу согласно действующему законодательству. Все работники при поступлении на работу и в процессе работы (1 раз в 6 месяцев) проходят инструктаж по вопросам охраны труда, оказания первой помощи потерпевшим при несчастных случаях, по правильным действиям при возникновении аварии.

Допуск к работе лиц, которые не прошли обучение, инструктаж и проверку знаний по охране труда, запрещается.



### 3.1. Работники школы обязаны:

- выполнять правила внутреннего трудового распорядка, соблюдать дисциплину труда, трудиться добросовестно;
- выполнять требования по охране труда, безопасности жизнедеятельности, предусмотренные соответствующими инструкциями;
- беречь оборудование, инструменты, материалы, инвентарь, учебные пособия, воспитывать у детей бережное отношение к имуществу школы;
- 1 раз в год месяцев проходить периодический медицинский осмотр.

3.2. Круг обязанностей (работ), которые выполняет каждый работник по своей специальности, согласно должности, определяется должностными инструкциями, положениями и правилами внутреннего трудового распорядка. В школе для педагогических работников (начальная школа), прочего непедagogического персонала (учитель логопед, педагог-психолог, руководитель структурного подразделения) по согласованию с Советом школы, Советом трудового коллектива установлена пятидневная рабочая неделя с двумя выходными днями, а для сторожей неделя определяется графиком сменности.

3.3. Время начала и окончания работы устанавливается в соответствии с режимом работы школы и утверждается директором. Рабочее время педагогических работников определяется учебным расписанием.

3.4. Продолжительность рабочего дня обслуживающего персонала и рабочих определяется графиком сменности, который составляется соответственно продолжительности рабочего времени на неделю.

По желанию работника, который, работает в праздничный день, ему может быть предоставлен другой день отдыха (в каникулярное время).

3.5. Необходимость повышения уровня безопасных условий труда в школе обусловлена особенной заботой о сохранении жизни и здоровья подрастающего поколения. В связи с этим, первоочередным является задание создания здоровых и безопасных условий учебы и работы. Охрана здоровья обучающихся во время образовательного процесса в школе должна быть организована так, чтобы заранее исключить возможные неблагоприятные последствия, а меры относительно выполнения требований норм, правил и инструктажей по ТБ, чтобы имели предупредительный, профилактический характер, то есть исключали бы ситуации, которые могут привести к травматизму. Обязательным в работе по охране труда в школе является обучение и инструктирование о безопасных методах труда как работающих, так и обучающихся.

3.6. Выполнение требований по технике безопасности учителями школы, заведующими кабинетами, администрацией и другими работниками является обязательным в работе, направленной на организацию безопасных условий труда сотрудников, а также обучающихся – во время проведения учебных занятий в учебных кабинетах, мастерских, спортивных залах.

## **IV. Правила внутреннего трудового распорядка. (Прилагаются)**

### 4.1. Основные обязанности работников.

Работник школы обязан:

- работать честно и добросовестно, строго выполнять обязанности, определенные Уставом школы, Правилами внутреннего распорядка и должностными инструкциями;
- соблюдать дисциплину труда, вовремя приходить на работу, своевременно и точно исполнять распоряжение администрации, а также четко выполнять мероприятия, указанные в плане работы на месяц;
- соблюдать требования техники безопасности и охраны труда, производственной санитарии, гигиены, противопожарной дисциплины;



\*\* награждение почетными грамотами и др.

По итогам аттестации наиболее отличившимся работникам школы могут быть присвоены категории: высшая, первая. Поощрения вносятся в трудовую книжку работников.

#### 4.6. Ответственность за нарушение трудовой дисциплины.

За нарушение трудовой дисциплины администрация школы применяет следующие дисциплинарные взыскания ( в соответствии с ТК РФ):

\*\* замечание;

\*\* выговор;

\*\* увольнение.

За отсутствие на работе более 3-х часов без уважительных причин работник может быть уволен за прогул.

Дисциплинарное взыскание, может быть снято, если в течение года работник не подвергается новому дисциплинарному взысканию.

### V. Охрана труда женщин и лиц моложе 18 лет

5.1. Не допускается привлечение к работам в ночное время, к сверхурочным работам, работам в выходные и праздничные дни, направление в командировки беременных женщин, женщин, кормящих грудью, женщин имеющих детей в возрасте до 3-х лет, детей- инвалидов в возрасте до 18 лет.

5.2. Женщины, имеющие детей в возрасте до 3-х лет и ребенка- инвалида в возрасте до 18 лет допускается направлять в командировку, привлекать к сверхурочной работе, работе в ночное время, выходные и праздничные дни с их письменного согласия и при условии, что это не запрещено им медицинскими рекомендациями. При этом женщины должны быть ознакомлены в письменной форме со своим правом отказаться от направления в служебную командировку, привлечения к сверхурочной работе, работе в ночное время, выходные и праздничные дни.

5.3. Запрещается применение труда женщин на тяжелых работах и на работах с вредными условиями труда, перечень которых утверждается Правительством РФ.

Нормы предельно допустимых нагрузок для женщин при подъеме и перемещении тяжестей вручную установлены:

Подъем и перемещения тяжестей при чередовании с другой работой (до 2 раз в час) — 10 кг;

Подъем и перемещение тяжестей постоянно в течение рабочей смены — 7 кг.

Запрещается применение труда лиц моложе 18 лет на тяжелых работах, на работах связанных с вредными и опасными условиями труда, а также на работах, выполнение которых может причинить вред их нравственному развитию.

Список данных работ утверждается Правительством РФ.

Запрещается привлекать рабочих и служащих моложе 18 лет к ночным, сверхурочным и к работам, в выходные и праздничные дни, направлять в командировки.

### VI. Общие правила электробезопасности.

6.1. Воздействие электрического тока на организм человека опасно для жизни.

Опасным является напряжение свыше 42В, а в сырых помещениях с токопроводящими полами свыше 12 В.

Прохождение через тело человека электрического тока свыше 0,1 ампер может привести к смертельному исходу. Исход воздействия электрического тока зависит от рода тока (постоянный или переменный), состояния человека, пути прохождения, времени прикосновения с источником электрического тока, сопротивления тела человека.



6.2. Каждый работник должен знать, что электрический ток представляет собой скрытую опасность. При прикосновении к токоведущим частям оборудования или оголенным проводам, находящимся под напряжением, человек может получить электротравму (частичное поражение организма) или электрический удар (поражение организма в целом при параличе дыхания или сердца, или того и другого одновременно при параличе нервной системы, мышц грудной клетки и желудочков сердца)

6.3. Во избежание поражения электрическим током необходимо соблюдать следующие правила:

- не прикасаться к арматуре общего освещения, электрическим проводам, к незаземленным и не огражденным токоведущим частям электрических устройств, аппаратов и приборов (розеток, патронов, переключателей, рубильников, предохранителей и др.);
- в случае обнаружения нарушения изоляции электропроводок, открытых токоведущих частей электрооборудования или нарушения заземления оборудования немедленно сообщить об этом администрации;
- не наступать на переносные электрические провода, лежащие на полу;
- не снимать ограждения и защитные кожухи с токоведущих частей оборудования, аппаратов и приборов, не открывать двери электрораспределительных шкафов (щитов), не класть на них какие-либо предметы;
- не использовать в административных, служебных и вспомогательных помещениях переносные электронагревательные приборы (электрочайники, электрокипятильники, электроплитки и т. д.) запрещается;
- не производить самостоятельно ремонт электрооборудования, аппаратов, приборов, светильников, замену электроламп и электрозащиты (плавких предохранителей), чистку электросветильников. Эти работы должны выполнять только электрики;
- при перерыве в подаче электроэнергии и уходе с рабочего места обязательно отключите электрооборудование (механизм) от подачи электрической энергии, на котором выполнялась порученная работа.

## **VII. Основные требования гигиены и санитарии.**

7.1. Все работники должны соблюдать правила личной гигиены:

- работать в удобной обуви, плотно сидящей на ноге, на непромокаемой и нескользящей подошве, в опрятной одежде;

- во время работы (в зависимости от условий труда) пользоваться спецодеждой

7.2. Работники школы обязаны:

--- 1 раз в год проходить периодические медицинские осмотры: результаты осмотра и допуск к работе фиксируются в личной санитарной книжке, которая находится у ответственного за медицинские осмотры;

- систематически поддерживать чистоту в помещении школы и на рабочем месте;

- нормы подъема тяжести вручную для женщин составляют 10 кг;

- запрещается использовать бытовые помещения не по назначению. Дезинфекция этих помещений производится не реже 1 раза в неделю;

7.3. Верхнюю одежду и личные вещи следует хранить в специально отведенных помещениях или местах.

7.4. Принимать пищу только в предназначенных для этого местах, отвечающих санитарно-гигиеническим требованиям. Прием пищи на рабочем месте запрещается.

7.5. Работники имеют право:

--- отказаться от работы, которая им противопоказана согласно медицинскому заключению;



--- в случае плохого самочувствия, слабости обратиться к участковому врачу и получить больничный лист.

7.6. Для обеспечения санитарно-бытовых удобств работающих в учреждении оборудованы:

— гардеробы (шкафы, вешалки и др.) для хранения одежды и личных вещей, туалетные комнаты;

7.7. Температура воздуха на постоянном рабочем месте в помещении в теплый период года не может превышать 28 градусов Цельсия, а в холодный период года должна быть в пределах + 22 -24 градусов Цельсия. Оптимальная температура воздуха на рабочих местах в зависимости от тяжести выполняемой работы и времени года должна поддерживаться в пределах: легкая работа в теплый период года +23 -30, в холодный период года +22 -25 градусов Цельсия; тяжелая работа в теплый период года +18- 20, в холодный период +16 - 18 градусов Цельсия.

Оптимальная относительная влажность воздуха на постоянном рабочем месте в помещении определяется в пределах 40% — 60%, допускаемая — до 75%.

7.8. С целью удаления избыточного тепла, а также удаления вредных загрязнений воздуха (влажностью, испарениями, пылью и др.) применяется вентиляция помещений или проветривание.

7.9. Освещение производственных, вспомогательных и учебных помещений может быть естественным и искусственным. Искусственное освещение бывает общее, местное и комбинированное. Требования к освещению: достаточная освещенность рабочих поверхностей, рациональное направление света на них, отсутствие резких теней и бликов на рабочих местах (поверхностях). Освещение рабочего места, соответствующее установленным нормам, - один из важных факторов благоприятных и безопасных условий труда.

### **УШ. Порядок расследования и оформления документации о несчастном случае.**

Расследованию подлежат травмы, острые профессиональные заболевания, повреждения, полученные вследствие аварий, пожаров, которые привели к потере работником работоспособности от одного рабочего дня и более. О каждом несчастном случае на производстве пострадавший или очевидец должен немедленно сообщить непосредственному руководителю работ. До начала работы комиссии по расследованию несчастного случая руководитель работ обязан сохранить обстановку на рабочем месте и состояние оборудования такими, какими они были в момент происшествия (если это не угрожает жизни и здоровью окружающих работников и не приведет к аварии).

Комиссия по расследованию несчастного случая обязана провести расследование обстоятельства и причин несчастного случая, выявить причины несчастного случая и опросить очевидцев и лиц, допустивших нарушение правил по охране труда, по возможности получить объяснение от пострадавшего и в течение трех суток составить акт по форме Н-1.

Руководитель образовательного учреждения, незамедлительно принимает меры к устранению причин, вызвавших несчастный случай на производстве, утверждает три экземпляра акта по форме Н-1 (третий экземпляр - для территориального органа Фонда социального страхования).

Акт формы Н-1 с материалами расследования подлежит хранению в течение 45 лет в образовательном учреждении, где взят на учет несчастный случай.

Несчастный случай, о котором пострадавший или очевидец не сообщили администрации образовательного учреждения в течение рабочей смены, или от которого потеря трудоспособности наступила не сразу, расследуется по заявлению пострадавшего или лица, представляющего его интересы в срок не более месяца со дня подачи заявления.



Вопрос о составлении акта формы Н-1 решается после всесторонней проверки заявления о несчастном случае с учетом всех обстоятельств, показаний очевидцев и других доказательств.

Работники должны помнить, что при получении травмы на производстве администрация обязана по окончании расследования несчастного случая выдать на руки пострадавшему акт по форме Н-1.

## **IX. Пожарная безопасность**

9.1. Каждый работник должен:

Выполнять правила по пожарной безопасности, а в случае возникновения пожара принимать все зависящие от него меры к спасению людей и тушению пожара. С этой целью он должен выполнять основные требования противопожарного режима.

Знать, где находятся первичные средства пожаротушения, а также какие подручные средства можно применять при тушении пожара.

При работе с огнеопасными материалами соблюдать противопожарные требования и иметь вблизи необходимые средства для тушения пожара (огнетушители, песок, воду и др.).

9.2. Уходя последним из рабочего помещения, необходимо выключить электросеть, за исключением дежурного освещения.

Обо всех замеченных нарушениях пожарной безопасности сообщать администрации учреждения.

9.3. При возникновении пожара немедленно приступить к его тушению имеющимися средствами, сообщить по телефону 01 и администрации (порядок действий определить самому в зависимости от степени угрозы).

9.4. В расположении образовательного учреждения работнику запрещается:

— загромождать и закрывать проезды и проходы к пожарному инвентарю оборудованию и пожарному крану;

— бросать на пол и оставлять неубранными в рабочих помещениях бумагу,

— обвешивать электролампы бумагой и тканью, вешать на электровыключатели и электропровода одежду, крюки, приспособления и др., забивать металлические гвозди между электропроводами, подключать к электросети непредусмотренные нагрузки, заменять перегоревшие предохранители кусками проволоки — «жучками»;

использовать на складах, учебных и вспомогательных помещениях для приготовления пищи и обогрева электроплитки, электрочайники,

— чистить рабочую одежду бензином, растворителем или другими ЛВЖ.

- в помещении школы запрещается курить, разбрасывать окурки и зажженные спички;

- на территории школы не разрешается разводить костер, сжигать мусор;

- запрещается использовать электроприборы в лаборантских и других помещениях;

- запрещается самостоятельно устранять неисправности электросети и электрооборудования;

- запрещается оставлять обучающихся в кабинете физики и химии без присмотра при работе с реактивами, электрическими и другими нагревательными приборами;

- в случае возникновения пожара действия работников школы должны быть направлены на создание безопасности людей, в первую очередь, детей, их спасение и эвакуацию;

9.5. Каждый работник, который выявил пожар или его признаки, обязан:

\*\*\* срочно сообщить об этом по телефону 01!;

\*\*\* оповестить о пожаре директора и его заместителей;

Директор и его заместители, которые прибыли на место пожара, обязаны:

\*\*\* осуществлять руководство эвакуации людей и тушением пожара до прибытия пожарной команды;



- \*\*\* организовать отключение электросети;
- \*\*\* организовать проверку наличия всех обучающихся, работников, эвакуированных их здания по спискам и журналам;
- \*\*\* детей младшего возраста эвакуировать в первую очередь;
- \*\*\* выставить посты безопасности возле входов в здания, чтобы дети и работники не возвращались туда, где возник пожар.

Первичные средства пожаротушения находятся в кабинетах физики, химии, биологии, информатики, учебных мастерских, на этажах, в спортивном зале, в актовом зале.

## **Х. Первая помощь пострадавшим.**

- 10.1. Вывести пострадавшего из окружения, где произошел несчастный случай.
- 10.2. Выбрать пострадавшему наиболее удобное положение, которое обеспечит покой.
- 10.3. Определить вид травмы (перелом, ранение, ожог).
- 10.4. Определить общее состояние пострадавшего, установить, не нарушены ли функции жизненно важных органов.
- 10.5. Начать проведение необходимых мер:
  - \*\* остановить кровотечение, зафиксировать место перелома;
  - \*\* принять реанимационные меры (оживления): искусственное дыхание, внешний массаж сердца;
  - \*\* обработать поврежденные части тела;
- 10.6. Одновременно с оказанием доврачебной помощи необходимо вызвать скорую помощь или подготовить транспорт для отправления пострадавшего в ближайшее медицинское учреждение.
- 10.7. Сообщить администрации школы о том, что случилось. Важно знать обстоятельства, при которых произошла травма, условия, которые побудили к ее возникновению, время (час и даже минуты), особенно, если пострадавший потерял сознание.

### **10.8. Оказание первой помощи при ранении, переломах, вывихах, ушибах**

Всякая рана даже при незначительном поражении тканей может оказаться опасной для жизни человека, если в рану попадают микробы и есть условия для их роста и жизнедеятельности. Микробы заносятся в рану вместе с ранящим предметом, с кожи человека, с одежды. Микробы могут попадать в рану и некоторое время спустя после ранения, например, при неправильном наложении повязки или использовании случайного материала без дезинфицирующих средств. Во избежание заражения столбняком особое значение следует уделять ранам, загрязненным землей. Срочное обращение к врачу и введение противостолбнячной сыворотки предупреждает это заболевание.

Для того, чтобы избежать засорения раны во время перевязки, оказывающий помощь при ранении должен чисто (с мылом) вымыть руки, а если по каким-либо причинам сделать это невозможно, следует пальцы смазать настойкой йода. Прикасаться к самой ране даже вымытыми руками не допускается.

При оказании первой помощи необходимо строго придерживаться следующих правил:

- нельзя промывать рану водой или каким-либо лекарственным раствором, засыпать порошками и прикрывать мазями - все это препятствует заживлению раны и, таким образом, вызывает последующее нагноение раны;
- нельзя удалять с раны песок, землю и т. д., так как при этом можно еще глубже втереть их в рану;
- нельзя удалять из раны сгустки крови, так как при этом можно вызвать сильное кровотечение;
- нельзя забинтовывать раны изолирующей лентой или накладывать паутину, так как в



последней нередко бывают возбудители столбняка.

Для оказания первой помощи при ранении следует вскрыть имеющийся в шкафчике первой помощи индивидуальный пакет, наложить содержащийся в нем стерильный перевязочный материал и завязать рану бинтом. Индивидуальный пакет следует распечатать так, чтобы не касаться руками той части повязки, которая должна быть наложена непосредственно на рану.

Если индивидуального пакета почему-либо не окажется, то для перевязки следует использовать чистый (если возможно свежевыглаженный) носовой платок, чистую платочную тряпочку и т. п. На место тряпочки, которое приходится непосредственно на рану, желательнее накапать несколько капель йода, чтобы получилось пятно размером больше раны, а затем наложить тряпочку на рану.

#### **10.9. Правила наложения бинтовых повязок:**

- Пострадавший должен находиться в удобном для бинтования, устойчивом положении лежать или сидеть. Перевязываемая часть тела фиксируется в правильном положении (в каком она будет находиться после бинтования) так, чтобы была доступной бинтованию.

- Бинтующий должен находиться лицом к пострадавшему, насколько это возможно, чтобы контролировать его состояние.

- Бинтование следует проводить от периферии к центру, рука или нога бинтуется снизу вверх.

- Исключая некоторые повязки, бинтование производится от себя, слева направо.

- Бинтование следует начинать с наиболее узкого места, переходя к более широкому. Первые обороты бинта накладываются один на другой.

- Каждый последующий оборот бинта накладывается в косом направлении и должен покрывать предыдущий на половину или две трети, как бы закрепляя его.

- Направление витков должно быть единым во всех слоях повязки. Свободный конец бинта должен составлять прямой угол с рукой, в которой находится рулон бинта.

- Бинт нужно натягивать равномерно. Повязка не должна быть очень свободной и съезжать по поверхности тела, но не должна быть очень тугой и сдавливать с излишней силой перевязанное место, нарушая кровообращение. Повязка сама по себе не должна стать причиной травматизации кожи. Излишнее количество бинта причиняет неудобство больному.

- Для лучшего облегания бинта через каждые 2-3 оборота следует делать перекрут бинта.

- В конце перевязки необходимо сделать закрепляющие слои и завязать концы бинта, образованные его разрывом по длине.

#### **10.10. Первая помощь при переломах и вывихах**

Основная задача первой помощи - дать поврежденной части тела самое удобное и спокойное положение. Это правило является обязательным не только для устранения болевых ощущений, но и для предупреждения ряда добавочных повреждений окружающих тканей.

- Травмы костей могут быть самыми разными. Наиболее простой случай перелома - закрытый, когда кость трескается либо ломается, но обломки не смещаются относительно друг друга.

При открытых переломах кость разрывает мышечную ткань. Они более опасны, так как с ними связано сильное кровотечение и велика вероятность инфицирования раны.

При закрытых переломах и вывихах конечностей необходимо поврежденную конечность укрепить шиной, фанерной пластинкой, полкой, картоном или другим подобным

предметом. Шины накладываются поверх одежды и обуви. Поврежденную руку можно также подвесить при помощи бинта или косынки на шею и прибинтовать к туловищу.

При открытых переломах нужно сначала остановить кровотечение и наложить



стерильную повязку, предварительно обработав края раны раствором йода. Подготовить шину по длине поврежденной руки или ноги, конечности придадут удобное положение, не причиняющее боль (чаще всего со слегка согнутыми суставами), и прибинтовать шину. Если шины и подходящего материала нет, то руку прибинтовывают к туловищу, а ногу - к здоровой ноге.

При предполагаемом переломе черепа (бессознательное состояние после ушиба головы, кровотечение из ушей и рта) необходимо приложить к голове холодный предмет (грелку со льдом, снегом или холодной водой) или сделать холодную примочку.

При подозреваемом переломе позвоночника пострадавшего подкладывают жесткий щит (доску, фанеру), не поднимая его, а затем переносят пострадавшего на носилки, следя при этом, чтобы туловище его не прогибалось во избежание повреждения спинного мозга. В крайнем случае больного оставляют на месте до приезда бригады «Скорой помощи».

При переломе ребер, признаком которого является боль при дыхании, кашле, чихании и движении, повязку на грудную клетку не накладывают - это может затруднить дыхание, и без того ограниченное из-за болей. Пострадавшему можно дать обезболивающее средство (анальгин, баралгин). Это приемлемо и при травмах конечностей. При переломе ключицы верхние части рук связывают за спиной для разведения обломков ключицы.

При наличии уверенности, что пострадавший получил ушиб, а не перелом или вывих, к месту ушиба следует положить холодный предмет (снег, лед, тряпку, смоченную холодной водой) и плотно забинтовать ушибленное место.

#### **10.11. Первая помощь при кровотечениях**

Кровотечения могут быть артериальными (кровь ярко-алого цвета, брызжет пульсирующей струей), венозными (струится темно-красная кровь) и капиллярными (редкие капли). Сильное, угрожающее жизни, артериальное кровотечение из раны конечности требует самой неотложной помощи, заключающейся в наложении жгута или закрутки, однако до подготовки жгута или закрутки необходимо быстро прижать кровоточащий сосуд выше места его повреждения к ближайшей кости.

#### **10.12. Первая помощь при поражении электрическим током.**

Для отделения пострадавшего от токоведущих частей нужно воспользоваться канатом, палкой, доской или каким-либо другим сухим предметом, не проводящим электрический ток. Можно оттянуть его за одежду (если она сухая и отстает от тела), например, за полы пиджака или пальто, за воротник, избегая при этом прикосновения к окружающим металлическим предметам и частям тела пострадавшего, не прикрытым одеждой. Оттаскивая пострадавшего за ноги, оказывающий помощь не должен касаться его обуви или одежды без хорошей изоляции своих рук, так как одежда и обувь могут быть сырыми и являться проводниками электрического тока.

Лучше всего пользоваться диэлектрическими перчатками, обмотать руку сухим шарфом, надеть на руку суконную фуражку или натянуть на нее рукав пиджака (пальто). Можно также изолировать себя, встав на резиновый коврик, сухую доску или какую-либо не проводящую электрический ток подстилку, сверток одежды и т. д.

При отделении пострадавшего от токоведущих частей рекомендуется действовать одной рукой, держа вторую руку в кармане или за спиной.

После освобождения пострадавшего от действия электрического тока необходимо оценить его состояние. Признаки, по которым можно оценить состояние пострадавшего, следующие: сознание, цвет кожных покровов и видимых слизистых, дыхание, пульс на сонных артериях, зрачки. Цвет кожных покровов, утрату сознания и наличие дыхания оценивают визуально.

Пульс на сонной артерии прощупывается подушечками второго, третьего и четвертого



пальцев руки, располагая их вдоль шеи между кадыком (адамово яблоко) и кивательной мышцей и слегка прижимая к позвоночнику.

Если у пострадавшего отсутствуют сознание, дыхание, кожный покров - синюшный, а зрачки широкие (0,5 см в диаметре), можно считать, что он находится в состоянии клинической смерти, и немедленно приступить к оживлению организма с помощью искусственного дыхания по способу «рот в рот» и наружного массажа сердца. Не следует раздевать пострадавшего, теряя драгоценные секунды. Если пострадавший в сознании, но до этого был в обмороке или находился в бессознательном состоянии, но с сохранившимися устойчивым дыханием и пульсом, его следует уложить на подстилку, например, из одежды, расстегнуть одежду, стесняющую дыхание, создать приток свежего воздуха, согреть тело, если холодно; обеспечить прохладу, если жарко; создать покой, непрерывно наблюдая за пульсом и дыханием; удалить лишних людей.

Если пострадавший находится в бессознательном состоянии, необходимо наблюдать за его дыханием, и в случае нарушения дыхания, из-за западения языка, выдвинуть нижнюю челюсть вперед, взявшись пальцами за ее углы, и поддержать ее в таком состоянии, пока не прекратится западение языка. При возникновении у пострадавшего рвоты необходимо повернуть его голову и плечи налево для удаления рвотных масс.

Ни в коем случае нельзя позволять пострадавшему двигаться, а тем более продолжать работу, так как отсутствие видимых тяжелых повреждений от электрического тока или других причин (падения и т. п.) еще не исключает последующего ухудшения его состояния. Только врач может решать вопрос о состоянии здоровья пострадавшего.

Переносить пострадавшего в другое место следует только в тех случаях, когда ему или лицу, оказывающему помощь, продолжает угрожать опасность или когда оказание помощи на месте невозможно. Ни в коем случае нельзя зарывать пострадавшего в землю, так как это приносит только вред. Переносить пострадавшего можно только при удовлетворительном дыхании устойчивом пульсе. Если состояние пострадавшего не позволяет его транспортировать, необходимо продолжать оказывать помощь.

### **10.13. Оказание помощи при потере сознания, остановке дыхания и кровообращения.**

Искусственное дыхание в сочетании с наружным массажем сердца является старейшим способом реанимации (оживления) организма, искусственное дыхание необходимо делать во всех случаях ослабления или остановки дыхательной деятельности (при утоплении, электротравме, замерзании, солнечном ударе и др.).

Наиболее эффективным способом дыхания является дыхание «из легких в легкие», производимое обычно по способу «рот в рот».

Перед тем как приступить к проведению искусственного дыхания, надо убедиться в проходимости дыхательных путей. Очистить полость рта от рвотных масс или грязи, если надо - удалить воду из легких (при утоплении), и, не теряя времени, приступить к искусственному дыханию. Для создания наиболее благоприятных условий прохождения воздуха по дыхательным путям голову пострадавшего, лежащего на спине, максимально запрокидывают назад, а нижнюю челюсть выдвигают вперед. При отведении головы назад у 80 % пострадавших, находящихся в бессознательном состоянии, корень языка отходит от задней стенки глотки и освобождает вход в гортань и трахею. Для того, чтобы запрокинуть голову пострадавшего назад, оказывающий помощь одну руку подкладывает под затылок, а другой надавливает на лоб пострадавшего так, чтобы подбородок оказался на одной линии с шеей. При этом открывается рот пострадавшего. Если вдвухаемый воздух не проходит в легкие и грудная клетка не поднимается, то следует выдвинуть нижнюю челюсть вперед. Это делается следующим образом. Встав у изголовья пострадавшего, лежащего на спине, захватывают четырьмя пальцами обеих рук нижнюю челюсть и, упираясь большими пальцами в скуловые кости, выдвигают нижнюю вперед до тех пор, пока зубы нижней челюсти не окажутся впереди верхних.



Оказывающий помощь зажимает пострадавшему нос указательным и большим пальцем, делает глубокий вдох и, плотно прижавшись своим ртом ко рту пострадавшего, вдывает ему воздух из своих лёгких. Выдох происходит пассивно за счёт расслабления мышц грудной клетки. Вдувание воздуха производят 16 – 20 раз в минуту.

Для восстановления деятельности сердца делают наружный массаж сердца. Он заключается в ритмичном сдавливании сердца с целью выброса из него крови в сосуды для восстановления кровотока.

Руки располагают на два поперечных пальца выше нижнего конца грудины, при этом кладут одну ладонь на другую. Грудину прижимают по направлению к позвоночнику так, чтобы она прогнулась на 5 – 6 см у взрослых, и, выдержав в таком положении полсекунды, отпускают.

Массажем сердца 60 – 70 раз в минуту и одновременно проводимым искусственным дыханием можно добиться восстановления кровообращения, достаточного для поддержания жизни.

#### **10.14. Оказание первой помощи пострадавшим на пожаре**

Наиболее характерными видами повреждения организма человека при пожаре являются: травматический шок, термический ожог, удушье, ушибы, переломы, ранения.

Запрещается:

- перетаскивать пострадавшего на другое место, если ему ничто не угрожает и если первую доврачебную помощь можно оказывать на месте. Особенно это касается переломов, повреждений позвоночника, проникающих ранений;
- давать воду, лекарства находящемуся без сознания пострадавшему, т. к. он может задохнуться;
- удалять инородные тела, выступающие из грудной, брюшной или черепной полости даже если кажется, что их легко можно вытащить;
- оставлять находящегося без сознания пострадавшего на спине, чтобы он не захлебнулся в случае тошноты, рвоты или кровотечения.

Необходимо:

- как можно скорее вызвать "Скорую помощь", точно и внятно назвав место, где произошло несчастье. Если не уверены, что вас правильно поняли, звонок лучше продублировать;
- до приезда "Скорой помощи" попытаться найти медицинского работника, который сможет оказать пострадавшему более квалифицированную помощь;
- в случае, когда промедление может угрожать жизни пострадавшего, следует оказать ему первую доврачебную помощь, не забывая об основополагающем медицинском принципе - "не навреди".

Основными мероприятиями при оказании первой доврачебной помощи являются следующие:

При травматическом шоке:

- осторожно уложить пострадавшего на спину, при рвоте повернуть голову набок;
- проверить, есть ли дыхание, работает ли сердце. Если нет - начать реанимационные мероприятия;
- быстро остановить кровотечение, иммобилизовать места переломов;
- дать обезболивающее, при его отсутствии 50-70 г алкоголя;
- при угнетении дыхания и сердечной деятельности ввести адреналин, кордиамин, кофеин.

Запрещается:

- переносить пострадавшего без надежного обезболивания, а в случае переломов - шинирования;
- снимать прилипшую после ожога одежду;



- давать пить при жалобах на боль в животе;
- оставлять больного без наблюдения.

#### **При термическом ожоге:**

- освободить обожженную часть тела от одежды; если нужно, разрезать, не сдирая, приставшие к телу куски ткани;
- нельзя вскрывать пузыри, касаться ожоговой поверхности руками, смазывать ее жиром, мазью и другими веществами.

При ограниченных ожогах I степени на покрасневшую кожу хорошо наложить марлевую салфетку, смоченную спиртом. При ограниченном ожоге следует немедленно начать охлаждение места ожога (прикрыв его салфеткой и ПВХ-пленкой) водопроводной водой в течение 10-15 минут. После чего на пораженную поверхность наложить чистую, лучше стерильную, щадящую повязку, ввести обезболивающие средства (анальгин, баралгин и т. п.).

При обширных ожогах после наложения повязок, напоив горячим чаем, дав обезболивающее и тепло укутав пострадавшего, срочно доставить его в больницу. Если перевозка пострадавшего задерживается или длится долго, ему дают пить щелочно-солевую смесь (1 ч. ложку поваренной соли и 1/2 ч. ложки пищевой соды, растворенных в двух стаканах воды).

При удушье:

- установить признаки, указывающие на то, что пострадавший жив и нуждается в помощи, по следующим показаниям:

зеркало, приложенное ко рту пострадавшего, запотевает;

зрачок сужается при приближении источника света и расширяется - при удалении;

палец руки отекает, если его перевязать ниткой;

кожа воспаляется (краснеет) при воздействии источника тепла;

- обеспечить приток свежего воздуха;
- уложить пострадавшего так, чтобы ноги были приподняты;
- расстегнуть одежду, стесняющую дыхание;
- дать понюхать нашатырный спирт;
- при отсутствии самостоятельного дыхания провести искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.

Приступая к оказанию первой помощи пострадавшему при пожаре, спасающий должен четко представлять последовательность собственных действий в конкретной ситуации. Время играет решающую роль.