областное государственное бюджетное учреждение социального обслуживания
«Шебертинский дом социального обслуживания»

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ОГБУСО
«Шебертинский ДСО»
_____Бурова И.С.
26 авггуста 2025 года

Вводный инструктаж
по охране труда на рабочем месте

1. Общие положения

1.1. Вводный инструктаж по охране труда проводят со всеми вновь принимаемыми на работу независимо от их образования, стажа работы по данной профессии или должности, с временными работниками.

1.2. Вводный инструктаж работников проводит ответственный по охране труда.

1.3. Цель вводного инструктажа состоит в том, чтобы разъяснить вновь поступающим работникам их задачи по соблюдению производственной и трудовой дисциплины, ознакомить их с характером работы в учреждении, общими условиями безопасности труда, основными положениями законодательства об охране труда.

1.4. После прохождения вводного инструктажа, но перед тем как приступить к самостоятельному выполнению работ, вновь поступивший работник должен пройти первичный инструктаж на рабочем месте. О проведении первичного инструктажа на рабочем месте и допуске к работе делается запись в журнале регистрации инструктажа на рабочем месте с обязательной подписью инструктируемого и инструктирующего.

1.5. Общие сведения об учреждении, характер и особенности работы, организация работы по охране труда в учреждении.

ОГБУСО «Шебертинский ДСО» является учреждением по предоставлению социальных услуг с предоставлением проживания.

Общие правила поведения работников на территории учреждения:

быть внимательным к сигналам, подаваемым водителями движущегося транспорта;

выполнять требования предупредительных плакатов, надписей, знаков, световых сигналов;

перед выходом на проезжую часть дороги убедиться в отсутствии близко движущегося транспорта;

не перебегать дорогу впереди движущегося транспорта;

не проходить в местах, не предназначенных для прохода. Запрещается проходить по сложенному материалу, перелезать через оборудование и подлезать под них;

обходить на безопасном расстоянии места, где производятся сварочные работы, работы на высоте;

не включать и не останавливать, кроме аварийных случаев, оборудование, работа на котором не поручена непосредственным руководителем;

не допускается прикасаться к открытым токоведущим частям электрооборудования, к арматуре общего освещения, переносным электропроводам, клеммам и другим токоведущим частям, открывать дверцы электрораспределительных шкафов, снимать ограждения и защитные кожухи с токоведущих частей оборудования;

рабочее место необходимо содержать в чистоте в течение всего рабочего времени. На рабочем месте не должно быть ничего лишнего, мешающего работе;

содержать свободными проходы к средствам пожаротушения;

запрещается употребление спиртных напитков, применение наркотических и токсических средств, а также нахождение на территории учреждения в состоянии алкогольного, наркотического и токсического опьянения;

курить разрешается только в специально оборудованном для курения месте;
запрещается применять открытый огонь в пожароопасных местах.
При обнаружении пожара или загорания необходимо:
Сообщить об этом в пожарную охрану по телефону: **01**
При использовании первичных средств пожаротушения соблюдать меры безопасности, изложенные в инструкции по эксплуатации огнетушителей.
При загорании ЛВЖ и ГЖ запрещается в качестве средства пожаротушения использовать воду.
Работники, 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 ответственность в порядке, установленном законодательством Российской Федерации.

2. Основные положения законодательства об охране труда, трудовой договор, рабочее время и время отдыха, охрана труда женщин, льготы и компенсации.

2.1. Трудовой договор – есть соглашение между работником и учреждением в лице директора учреждения, он заключается на неопределенный срок, на определенный срок не более пяти лет, на время выполнения определенной работы.

2.1.1. Трудовой договор заключается в письменной форме. При заключении трудового договора может быть обусловлено соглашением сторон испытание с целью проверки соответствия рабочего или служащего поручаемой ему работе. Условие об испытании должно быть указано в приказе (распоряжении) о приеме на работу.

2.1.2. Рабочие и служащие имеют право расторгнуть трудовой договор, заключенный на неопределенный срок, предупредив об этом администрацию письменно за две недели или по договоренности сторон до истечения срока предупреждения об увольнении.

2.3. Рабочее время и время отдыха.

2.3.1. работникам устанавливается пятидневная 40-часовая неделя с двумя выходными днями.

2.3.2. Согласно ст. 1.3. Постановления Правительства РСФСР от 01.11.1990 г. № 298/3-1 «О неотложных мерах по улучшению положения женщин, семьи, охраны материнства и детства на селе» (в ред. ФЗ от 24.08.1995 г. № 152-ФЗ) – для женщин, работающих в сельской местности – 36часов, если меньшая продолжительность рабочей недели не предусмотрена иными законодательными актами. При этом заработная плата выплачивается в том же размере, что и при полной продолжительности еженедельной работы.

2.3.3. Время начала и окончания ежедневной работы (смены) предусматривается правилами внутреннего трудового распорядка и графиками сменности.

2.3.4. Если установленная ежедневная или еженедельная продолжительность рабочего времени не может быть соблюдена, допускается введение суммарного учета рабочего времени. Обязательные условия применения суммированного учета рабочего времени являются: соответствие общего количества рабочего времени, нормальному числу рабочих часов данного месяца. Правильное чередование рабочих дней и дней отдыха при максимальной продолжительности рабочего дня не более 12 часов и обязательном предоставлении отдыха на следующий день, компенсация переработки месячной нормы в этом же учетном месяце.

2.3.5. Для отдыха и питания рабочим и служащим предоставляется перерыв. Перерыв в рабочее время не включается, на время перерыва можно отлучиться с места выполнения работы. На работах, где по условиям производства (работы) предоставление перерыва для отдыха и приема пищи не возможно, обеспечивается возможность отдыха и приема пищи в рабочее время. При пятидневной рабочей неделе рабочим и служащим предоставляется два выходных дня в неделю.

2.3.6. Отпуск рабочим и служащим предоставляется по истечении 6 месяцев непрерывной работы в учреждении. Ежегодный оплачиваемый отпуск предоставляется работникам продолжительностью не менее 28 календарных дней к ним суммируются дополнительные оплачиваемые отпуска:

- за проживание в районах, где установлен районный коэффициент и процентная надбавка к заработной плате – ___ календарных дней;
- дополнительный оплачиваемый отпуск предоставляется работникам, занятым на работах с вредными и (или) опасными условиями труда, работникам с ненормированным рабочим днем.

2.4. Охрана труда женщин и лиц моложе 18 лет.

2.4.1. Не допускается привлечение к работам в ночное время, к сверхурочным работам, работам в выходные дни и направление в командировки беременных женщин и матерей, кормящих грудью, а также женщин, имеющих детей до 3 лет.

2.4.2. Женщины, имеющие детей в возрасте от 3 до 14 лет (детей - инвалидов до 16 лет), не могут привлекаться к сверхурочным работам или направляться в командировки без их согласия.

2.4.3. Запрещается переноска тяжестей (грузов) для одной женщины свыше 10 кг.

2.4.4. Все лица моложе 21 года принимаются на работу лишь после предварительного медицинского осмотра, а в возрасте до 18 лет - подлежат ежегодному обязательному медицинскому осмотру.

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

2.5. Охрана труда.

2.5.1. Обеспечение здоровых и безопасных условий возлагается на работодателя. На работодателя также возлагается обеспечение обучения всех работников безопасным приемам труда, а также проведение инструктажа по технике безопасности, производственной санитарии, противопожарной охране и другим правилам охраны труда.

2.5.2. На работах, связанных с загрязнением, рабочим и служащим выдается бесплатно по установленным нормам мыло (жидкое мыло).

2.5.3. Глава 34 раздела 10 Трудового кодекса содержит нормы, регламентирующие требования охраны труда. В соответствии со ст. 212 ТК РФ работодатель обязан в случаях предусмотренных трудовым законодательством и иными нормативными правовыми актами, содержащими нормы трудового права, организовывать проведение за счет собственных средств обязательных предварительных (при поступлении на работу) и периодических (в течение трудовой деятельности) медицинских осмотров (обследований), других обязательных медицинских осмотров (обследований), обязательных психиатрических освидетельствований работников, внеочередных медицинских осмотров (обследований), обязательных психиатрических освидетельствований работников по их просьбам, в соответствии с медицинскими рекомендациями с сохранением за ними места работы (должности) и среднего заработка на время прохождения указанных медицинских осмотров (обследований), обязательных психиатрических освидетельствований. Ст. 214 ТК РФ обязывает работника проходить обязательные предварительные (при поступлении на работу) и периодические (в течение трудовой деятельности) медицинские осмотры (обследования), другие обязательные медицинские осмотры (обследования), а также проходить внеочередные медицинские осмотры (обследования) по направлению работодателя. Медицинские осмотры осуществляются из средств работодателя.

3. Правила внутреннего трудового распорядка учреждения, ответственность за нарушение Правил.

3.1.Трудовой распорядок определяется Правилами внутреннего распорядка, которые являются локальным нормативным актом, регламентирующим в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации:

- порядок приема и увольнения работников;
- основные права, обязанности и ответственность сторон трудового договора;
- режим труда;
- время отдыха, включая перерыв для отдыха и питания;
- предоставление работникам выходных дней в различные дни недели если приостановка работы в выходные дни невозможна по техническим и организационным условиям.

3.2. Дисциплина труда.

3.2.1. Под дисциплиной труда понимается обязательное для всех сотрудников подчинение правилам поведения, определенным ТК РФ, иными законами, трудовым договором, локальными нормативными актами учреждения.
3.2.2. Работодатель в соответствии с ТК РФ, иными законами, трудовым договором, локальными нормативными актами, содержащими нормы трудового права, трудовым договором создает условия для соблюдения дисциплины труда. Сотрудников, добросовестно исполняющих трудовые обязанности – поощряет. К нарушителям трудовой дисциплины применяются меры дисциплинарного взыскания.

4.Основные опасные и вредные производственные факторы, характерные для учреждения социального обслуживания, методы и средства предупреждения несчастных случаев и профессиональных заболеваний.

. Санитарно-гигиенические условия труда характеризуются наличием различных вредных производственных факторов, которые неблагоприятно влияют на здоровье и могут привести к заболеванию или снижению работоспособности.
К таким вредным факторам относятся: загазованность и запыленность воздуха, шум, вибрация, ультразвук, инфразвук, электромагнитные, ионизирующие, лазерные и другие излучения, освещенность рабочих мест, микроклиматические условия и т.п.
В зависимости от профессии, должности, специфики службы, некоторые из них имеют место практически на любом рабочем месте.
Кроме того, нужно иметь в виду, что все вредные факторы могут явиться косвенной причиной производственной травмы, так как влияют на самочувствие, внимание и утомляемость человека.
Для предупреждения несчастных случаев и профессиональных заболеваний осуществляются организационно-технические, санитарно-гигиенические и иные мероприятия в зависимости от специфики производственной деятельности организации. К ним относятся обучение и инструктаж, устройство блокировок, защитных экранов, применение ограждающих конструкций и предохранительных приспособлений, вентиляции, использование защитных паст, мазей, обеспечение работников молоком, лечебно-профилактическим питанием, организация медосмотров, предоставление льгот.
На работах, связанных с загрязнением, работникам выдается бесплатно по установленным нормам мыло. На работах, где возможно воздействие на кожу вредно действующих веществ, выдаются бесплатно по установленным нормам смывающие и обезвреживающие средства.
На работах с вредными условиями труда работникам выдаются бесплатно по установленным нормам молоко или другие равноценные пищевые продукты.
На работах с особо вредными условиями труда предоставляется бесплатно по установленным нормам лечебно-профилактическое питание.

5.Основные требования производственной санитарии и личной гигиены.

Все работники должны соблюдать правила личной гигиены:
- работать в удобной обуви и опрятной одежде;
- принимать пищу только в предназначенных для этой цели местах, отвечающих санитарно-гигиеническим требованиям. Прием пищи на рабочем месте запрещается.

5.1. Для обеспечения санитарно-бытовых удобств работающих оборудованы:
- комната (место) для отдыха и приема пищи;
- гардеробы (шкафы, вешалки и др.) для хранения одежды и личных вещей, душевые, умывальники;

5.2. Ответственность за соблюдение правил личной гигиены и содержание рабочего места в надлежащем состоянии несет каждый работник учреждения.
5.3.На рабочих местах должны быть созданы необходимые санитарно-гигиенические условия труда в соответствии с нормативами и требованиями производственной санитарии. Этими нормами регламентируются необходимые для здоровья и благоприятного труда площадь и объем производственных помещений, освещение и отопление,

метеорологические условия (температура, влажность, давление воздуха), шум и вибрация, содержание пыли в воздухе.
5.4.Освещение рабочих 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). Хорошее освещение рабочего места - одни из важных факторов благоприятных и безопасных условий труда.
6.**Пожарная безопасность, причины пожаров, способы и средства предотвращения пожаров, первичные средства пожаротушения, действия персонала при их возникновении.**
6.1. Противопожарная защита учреждения обеспечивается: применением средств пожаротушения, автоматических установок пожарной сигнализации и пожаротушения, организацией своевременной эвакуации людей и т.д.
6.2. 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;
- усвоить, где находятся первичные средства пожаротушения, какие подручные средства можно применять при тушении пожара, а также расположение аварийных (запасных) выходов;
- курить только в специально оборудованном месте;
- при работе с огнеопасными материалами соблюдать противопожарные требования и иметь вблизи необходимые средства для тушения пожара (огнетушители, воду и др.);
- уходя последним из рабочего помещения, необходимо выключить электросеть, за исключением дежурного освещения;
- обо всех замеченных нарушениях пожарной безопасности сообщать непосредственному руководителю.
6.3. При возникновении пожара немедленно приступить к его тушению имеющимися средствами, сообщить по телефонам в пожарную часть: **01**
✓ при этом необходимо назвать:
• Адрес объекта
• Место возникновения пожара, меры принятые к тушению и эвакуации проживающих граждан
• Свою должность и фамилию
✓ Включить пожарную сигнализацию.
✓ Отключить электроснабжение.
✓ Открыть задвижку холодной воды.
✓ Открыть въездные ворота и эвакуационные выхода.
✓ Сообщить вышестоящему руководителю.
✓ Остановить работу технологического оборудования.
✓ Проверить по спискам проживающих граждан и персонал.
6.4. При использовании первичных средств пожаротушения соблюдать меры безопасности, изложенные в инструкции по эксплуатации огнетушителей.
9.5. При загорании ЛВЖ и ГЖ запрещается в качестве средства пожаротушения использовать воду.
6.6. В учреждении работнику запрещается:
- загромождать и закрывать проезды и проходы к пожарному инвентарю, оборудованию и пожарным кранам;
- бросать на пол и оставлять неубранными в рабочих помещениях бумагу, промасленные тряпки и др.;
- забивать металлические гвозди между электропроводами, подключать к электросети непредусмотренные нагрузки, заменять перегоревшие предохранители кусками проволоки - "жучками";

- использовать на складах, в рабочих помещениях для приготовления пищи и обогрева: электроплитки, электрочайники, керосинки, керогазы и др

7. Основы электробезопасности, способы и средства предупреждения электротравматизма.

7.1. Каждый работник должен знать, что электрический ток представляет собой скрытый вид опасности.

7.2. Проходя через тело человека, электрический ток оказывает на него сложное воздействие – совокупность термического (нагрев тканей и биологических средств), электролитического (разложение крови и плазмы) и биологического (разложение и возбуждение нервных волокон и других органов тканей организма).

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).

Тяжесть поражения электрическим током зависит от: значения силы тока, электрического сопротивления тела человека, длительности протекания через него тока, индивидуальных свойств человека и условий окружающей среды.

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

- не прикасаться к арматуре общего освещения, электрическим проводам, к неизолированным и неогражденным 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 непосредственному руководителю;
- 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 в них никаких предметов;
- не использовать в рабочих помещениях переносные электронагревательные приборы (электрочайники, электрокипятильники, электроплитки и т. д.);
- не производить самому ремонт электрооборудования, аппаратов, приборов, светильников, замену электроламп и электрозащиты (плавких предохранителей), чистку электросветильников. Эти работы должны выполнять только специалисты – электрики;
- при перерыве в подаче электроэнергии и уходе с рабочего места, хотя и на короткое время, обязательно выключить оборудование, на котором выполнялась порученная работа.

7.4. Обеспечение электробезопасности.

Электробезопасность обеспечивается соответствующей конструкцией электроустановок; применением технических способов и средств защиты.

Основными техническими способами и средствами защиты от поражения электрическим током являются:

- защитное заземление, зануление;
- малое напряжение;
- электрическое разделение сетей;
- защитное отключение;
- изоляция токоведущих частей;
- оградительные устройства;
- предупредительная сигнализация;
- изолирующие защитные и предохранительные приспособления.

7.5. Средства защиты от поражения электрическим током.

Работники, работающие с электроустановками, должны пользоваться электрозащитными средствами. По назначению электрозащитные средства подразделяются на изолирующие

(диэлектрические перчатки, боты, галоши, ковры, инструменты с изолирующими ручками), ограждающие (переносные ограждения, заземления и др.) и предохранительные (пояса, защитные очки и др.).

8.Аварии, катастрофы и стихийные бедствия, возможные в районе расположения учреждения. Сигналы оповещения гражданской обороны и порядок действий по ним. Средства индивидуальной и коллективной защиты, порядок их использования.

8.1.Все работники, занятые на работах с вредными условиями труда, включая температурные воздействия, загрязнения, обеспечиваются бесплатно, по установленным нормам спецодеждой, спецобувью, смывающими и обезвреживающими средствами и предохранительными приспособлениями (индивидуальными защитными средствами). Спецодежда или защитная одежда должна выдаваться работающим в установленные сроки и соответствовать стандартам. Работа без предусмотренных нормами спецодежды и защитных приспособлений запрещается.

8.2. Средства индивидуальной защиты выдаются работникам в соответствии с установленными нормами и сроками пользования.

8.3. Спецодежда, спецобувь и предохранительные приспособления являются собственностью учреждения и подлежат возврату при увольнении, переводе на другую работу, по окончании сроков носки. Спецодежда, спецобувь и предохранительные приспособления должны храниться в специально отведенных местах.

8.4. Во время выполнения работ работники обязаны пользоваться выданными им средствами индивидуальной защиты

9.**Действия работников при несчастном случае, первая помощь пострадавшим.**

Первая помощь пострадавшим при несчастном случае

9.1. Несчастные случаи, как правило, сопровождаются различными травмами. Оказание немедленной помощи может спасти пострадавшего от тяжелых последствий.

9.2. Условиями успеха в оказании первой помощи пострадавшим являются быстрота действий и умение оказывающего помощь.

9.3. Особо важно своевременное оказание первой помощи пострадавшим от поражения электрическим током. Не следует отказываться от оказания помощи пострадавшим и считать их мертвыми только по отсутствию таких признаков жизни, как дыхание или пульс. Это может определить только врач.

9.4. 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.

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.
9.5. 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.
9.6. 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.

9.7. 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.

9.8. 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 пузырей 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.

9.9. 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 может наступить замедление 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°С. При остановке сердца и отсутствии дыхания необходимо производить искусственную вентиляцию легких и массаж сердца.

9.10. Помощь при ушибах.

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

9.11. 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.

9.12. 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.

9.13. Помощь при переломах.

Переломы костей конечностей определяются на глаз. В месте перелома изменяется форма конечностей, и они могут принимать совершенно необычное положение. При попытках движения обнаруживается ненормальная подвижность в тех частях, где нет сустава. Эти движения даже при минимальной амплитуде сопровождаются резкой болью. При переломах костей таза пострадавший не может поднять в положении лежа выпрямленную в коленном суставе ногу. При переломах ребер возникает резкая боль при дыхании, а глубокие вдохи сопровождаются треском, который слышит сам пострадавший и лицо, оказывающее помощь. Характерным признаком переломов костей черепа является истечение сукровицы из ушей и носа. При падении с высоты часто встречаются переломы позвоночника. Этот вид переломов опасен ввиду возможного паралича ног. Помощь при переломах состоит в том, чтобы создать покой поврежденной части тела за счет использования шин или укладывания пострадавшего на носилки или топчан. Не следует до прибытия врача поднимать пострадавшего, заставлять его ходить или пытаться «вправить» перелом. При открытом переломе на рану следует положить стерильную повязку.

9.14. Все поступившие на работу должны пройти первичный (в дальнейшем повторный) инструктаж о способах оказания первой помощи пострадавшему, а также практическое обучение приемам освобождения от действия электрического тока и выполнения искусственного дыхания. Знать места хранения (расположения) аптечки, необходимых приспособлений и средств для оказания первой доврачебной помощи, знать способы и телефоны вызова врачебной помощи (03).