





«СОГЛАСОВАНО»

Председатель профкома

А.М. Садриева

2023 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор

И.Е. Нургатина

« 31 »

2023 г.



## Первичный инструктаж по охране труда на рабочем месте ИОТ№001а-2023

### 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ.

Настоящая программа первичного инструктажа по охране труда на рабочем месте разработана в соответствии с Постановлением Правительства РФ от 24.12.2021 № 2464 "О порядке обучения по охране труда и проверки знания требований охраны труда; разделом X «Охрана труда» Трудового кодекса Российской Федерации от 30.12.2001г № 197-ФЗ с изменениями; с учетом Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» и иных нормативных правовых актов по охране труда, Уставом и Правилами внутреннего трудового распорядка.

Данная программа составлена для проведения первичного инструктажа по охране труда на рабочем месте для работника или иной организации в целях предупреждения и профилактики опасностей, минимизации повреждения его здоровья и предотвращения аварийных ситуаций на рабочем месте.

Программа определяет содержание первичного инструктажа по охране труда на рабочем месте работника, который включает информирование об организации охраны труда на рабочем месте, общих сведениях об условиях труда, порядке подготовки к работе и её окончании, ознакомление с безопасными приемами (методами) работы и инструкциями по охране труда по должности и рабочему месту, порядком действий при возникновении аварийных ситуаций на рабочем месте.

Проведение первичного инструктажа на рабочем месте является профилактическим мероприятием по охране труда, направленным на предотвращение случаев производственного травматизма и профессиональных заболеваний, снижение их последствий и является специализированным процессом получения знаний, умений и навыков.

Первичный инструктаж по охране труда проводится до начала самостоятельной работы, а также для лиц, проходящих производственную практику.

Первичный инструктаж по охране труда на рабочем месте работника проводится непосредственным руководителем структурного подразделения и учитывает условия труда работника, воздействующие вредные и (или) опасные производственные факторы, источники опасности, установленные по результатам СОУТ и оценки профессиональных рисков.

Данный первичный инструктаж по охране труда на рабочем месте работника заканчивается проверкой знания требований охраны труда. Результаты проведения инструктажа оформляются в журнале регистрации инструктажа на рабочем месте

### 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОХРАНЫ ТРУДА НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ.

Рабочее место работника проверено специалистом по охране труда, лицом, ответственным за обеспечение пожарной безопасности и соответствуют нормам и требованиям охраны труда и пожарной безопасности.

Мебель проверена на безопасность, пожарная сигнализация, тревожная кнопка, средства связи, автономные переносные фонари находятся в рабочем состоянии.



В колледже имеются первичные средства пожаротушения (огнетушители), медицинская аптечка.

У работника имеются необходимые инструкции по охране труда и пожарной безопасности.

Выполняя должностные обязанности, работник должен выполнять следующие требования охраны труда:

- соблюдать требования охраны труда, пожарной и электробезопасности при выполнении работ;
- соблюдать требования производственной санитарии, правила личной гигиены;
- содержать свое рабочее место, мебель в чистоте и порядке, бережно относиться к имуществу колледжа;
- соблюдать требования по эксплуатации при работе с телефонным аппаратом, оргтехникой, и.т.д.;
- заботиться о личной безопасности и личном здоровье, а также о безопасности окружающих в процессе выполнения работ;
- выполнять только ту работу, которая относится к должностным обязанностям работника и поручена непосредственным руководителем, при создании условий безопасного ее выполнения;
- сообщать непосредственному руководителю о любой ситуации, угрожающей жизни или здоровью, о каждом произошедшем несчастном случае, факте проникновения посторонних в здание и (или) на территорию;
- знать способы сообщения спецслужбам и администрации обо всех происходящих нештатных ситуациях во время работы;
- знать номера телефонов экстренных и аварийных служб

Экстренные службы	Городской телефон	Сотовый телефон
Пожарно-спасательная служба	01	101
Полиция	02	102
Скорая медицинская помощь	03	103
Аварийная газовая служба	04	104
Единая дежурно-диспетчерская служба	112	

- знать способы предотвращения аварийных ситуаций;
- знать порядок действий при возникновении пожара, террористической угрозе или иной чрезвычайной ситуации, сигналы оповещения о пожаре;
- принимать меры по оказанию первой помощи пострадавшим и вызову скорой медицинской помощи, по недопущению посторонних лиц в здание и вызову полиции;
- принимать меры по тушению пожара в начальной стадии и вызову пожарной охраны, по сбережению имущества в аварийных ситуациях;
- извещать непосредственного руководителя об ухудшении состояния своего здоровья;
- проходить в установленном порядке медицинские осмотры, обучение по охране труда и пожарной безопасности;
- проходить обучение и знать приемы оказания первой помощи при несчастном случае, месторасположение аптечки;
- уметь пользоваться первичными средствами пожаротушения;
- соблюдать Правила внутреннего трудового распорядка и Устав;
- соблюдать установленные режимы труда и времени отдыха, трудовую дисциплину;
- соблюдать инструкции по охране труда.

Общее руководство работой по охране труда осуществляет прямой руководитель. Непосредственно руководство работой по охране труда осуществляет специалист по охране труда, работой по обеспечению пожарной безопасности – должностное лицо, на которое приказом возложены обязанности по обеспечению пожарной безопасности.

### **3 ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ ОБ УСЛОВИЯХ ТРУДА РАБОТНИКА.**

Рабочим местом работника является оборудованное рабочее место в здании.

Рабочее место работника оборудовано необходимой мебелью (стол, стул), оргтехникой, средствами связи, огнетушителями, медицинской аптечкой.

По результатам специальной оценки условий труда опасные и (или) вредные производственные факторы, воздействующие на работника в процессе работы, отсутствуют (кроме водителя автомобиля и садовника).

Общий перечень профессиональных рисков и опасностей при работе в колледже:

#### Механические опасности:

- опасность падения из-за потери равновесия, в том числе при спотыкании или подскользывании, при передвижении по скользким поверхностям или мокрым полам;
- опасность падения с высоты, в том числе из-за отсутствия ограждения, из-за обрыва троса, в котлован, в шахту при подъеме или спуске при нештатной ситуации;
- опасность падения из-за внезапного появления на пути следования большого перепада высот;
- опасность удара;
- опасность быть уколотым или проткнутым в результате воздействия движущихся колющих частей механизмов, машин;
- опасность падения груза;
- опасность пореза частей тела, в том числе кромкой листа бумаги, канцелярским ножом, ножницами;
- опасность пореза частей тела, в том числе кромкой листа бумаги, канцелярским ножом, ножницами, острыми кромками металлической стружки (при механической обработке металлических заготовок и деталей);
- опасность травмирования, в том числе в результате выброса подвижной обрабатываемой детали, падающими или выбрасываемыми предметами, движущимися частями оборудования, осколками при обрушении горной породы, снегом и (или) льдом, упавшими с крыш зданий и сооружений.

#### Электрические опасности:

- опасность поражения током вследствие прямого контакта с токоведущими частями из-за касания незащищенными частями тела деталей, находящихся под напряжением;
- опасность поражения током вследствие контакта с токоведущими частями, которые находятся под напряжением из-за неисправного состояния (косвенный контакт).

#### Опасности, связанные с воздействием микроклимата и климатические опасности:

- опасность воздействия пониженных температур воздуха;
- опасность воздействия повышенных температур воздуха.

#### Опасности, связанные с воздействием химического фактора:

- опасность от вдыхания паров вредных жидкостей, газов, пыли, тумана, дыма;
- опасность воздействия на кожные покровы смазочных масел;
- опасность воздействия на кожные покровы чистящих и обезжиривающих веществ.

#### Опасности, связанные с воздействием аэрозолей преимущественно фиброгенного действия:

- опасность воздействия пыли на глаза.

#### Опасности, связанные с воздействием тяжести и напряженности трудового процесса:



- опасность, связанная с перемещением груза вручную;
- опасность от подъема тяжестей, превышающих допустимый вес;
- опасность, связанная с наклонами корпуса;
- опасность, связанная с рабочей позой;
- опасность физических перегрузок от периодического поднятия тяжелых узлов и деталей машин;

- опасность психических нагрузок, стрессов;
- опасность перенапряжения зрительного анализатора.

Опасности, связанные с воздействием вибрации:

- опасность от воздействия локальной вибрации при использовании ручных механизмов;
- опасность, связанная с воздействием общей вибрации.

Опасности, связанные с воздействием световой среды:

- опасность недостаточной освещенности в рабочей зоне.

Опасности, связанные с воздействием неионизирующих излучений:

- опасность от электромагнитных излучений.

Опасности, связанные с организационными недостатками:

- опасность, связанная с отсутствием на рабочем месте аптечки первой помощи, инструкции по оказанию первой помощи пострадавшему на производстве и средств связи;
- опасность, связанная с допуском работников, не прошедших подготовку по охране труда.

Опасности пожара:

- опасность воспламенения;
- опасность воздействия открытого пламени.

Опасности транспорта:

- опасность наезда на человека;
- опасность падения с транспортного средства;
- опасность раздавливания человека, находящегося между двумя сближающимися транспортными средствами;
- опасность от груза, перемещающегося во время движения транспортного средства, из-за несоблюдения правил его укладки и крепления;
- опасность травмирования в результате дорожно-транспортного происшествия;
- опасность опрокидывания транспортного средства при проведении работ.

Опасности насилия:

- опасность насилия от враждебно настроенных работников;
- опасность насилия от третьих лиц.

Опасности взрыва:

- опасность самовозгорания горючих веществ.

Опасности, связанные с применением средств индивидуальной защиты:

- опасность, связанная с несоответствием средств индивидуальной защиты анатомическим особенностям человека.

Опасными зонами являются:

- люки, различные травмирующие факторы на территории колледжа по пути на работу и с работы;
- прилегающие к зданиям территории, находящиеся в зоне схода с крыш снега и падения сосулек;

- электрощитовая в здании;
- территория подъезда спецтранспорта.

Работник в рамках организационной деятельности принимает участие в совещаниях, проводимых непосредственным руководителем.

Режим работы :

- работник обязан соблюдать действующие Правила внутреннего трудового распорядка и графики работы, которыми предусматривается: время начала и окончания работы (смены), перерыва для отдыха и питания, чередование смен и другие вопросы использования рабочего времени.

- работник выполняет свои должностные обязанности под руководством непосредственного руководителя, выполняет указания иных заместителей, наделенных административными полномочиями, связанные с трудовой деятельностью, а также приказы, распоряжения и иные локальные нормативные акты.

Работник обеспечивается специальной одеждой, специальной обувью и СИЗ, согласно «Единых типовых норм выдачи средств индивидуальной защиты и смывающих средств».

На рабочем месте и в иных помещениях курение запрещено.

#### **4 ПОРЯДОК ПОДГОТОВКИ К РАБОТЕ.**

Проверить годность к эксплуатации и применению средств индивидуальной защиты (при необходимости). Надеть полагающуюся по нормам спецодежду, застегнуть на все пуговицы, убрать из карманов острые и режущие предметы. Не застёгивать одежду булавками и иголками.

Убедиться в наличии первичных средств пожаротушения, срока их пригодности и доступности.

Проверить комплектность, исправность необходимого для выполнения работы оборудования и приспособлений, убедиться в наличии и исправности специальных средств, которые понадобятся во время работы.

Проверить все помещения, эвакуационные пути и выходы на соответствие их требованиям пожарной безопасности, привести рабочее место в безопасное состояние, убрать ненужные предметы и материалы, освободить проходы.

Проверить санитарное состояние рабочего места (аудитории, класса, кабинета), проветрить, открыв окна, фрамуги и двери; окна в открытом положении фиксировать крючками, а фрамуги должны иметь ограничители.

Включить полностью освещение рабочего места (аудитории, класса, кабинета) и убедиться в исправной работе светильников. Убедиться в исправности электрооборудования.

Корпуса и крышки выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенных контактов.

Убедиться в устойчивости мебели (стол, стул), ее исправности и отсутствии травмирующих факторов.

Приступать к работе разрешается после выполнения подготовительных мероприятий и устранения всех недостатков и неисправностей.

#### **5 БЕЗОПАСНЫЕ ПРИЕМЫ И МЕТОДЫ РАБОТЫ.**

В процессе работы соблюдать санитарно-гигиенические нормы и правила личной гигиены. Не выполнять действий, которые потенциально способны привести к несчастному случаю. Быть внимательным в работе, не отвлекаться посторонними делами.

Передвигаться по территории спокойным шагом, лицом по направлению движения, во время ходьбы быть внимательным и контролировать изменение окружающей обстановки.

Не применять для освещения и отопления опасные и неисправные приборы, не использовать переносные отопительные приборы с инфракрасным излучением и с открытой спиралью, а также кипятильники, плитки и не сертифицированные удлинители.

При внезапном отключении электроэнергии не использовать для освещения свечи, спички. При отсутствии аварийного освещения использовать переносные фонари с автономным питанием.



Соблюдать порядок на рабочем месте, не загромождать его, а также проходы и выходы, подходы к первичным средствам пожаротушения.

Во время работы работнику запрещено:

- отключать средства связи;
- оставлять открытыми входы в здание, полностью открывать окна;
- хранить на рабочем месте легковоспламеняющиеся жидкости и взрывоопасные вещества, использовать открытый огонь;
- включать громко радио, заниматься посторонними делами;
- сушить и складывать на отопительных приборах одежду, обувь и другие предметы.

Правила поведения при общении с посторонними лицами:

- вежливое и корректное обращение;
- разговаривать спокойно и сдержанно;
- обосновать свои требования с точки зрения закона и выгоды для оппонента;
- предложить мирные способы решения проблемы;
- не воспринимать слова оппонента как личное оскорбление;
- не провоцировать агрессивные действия, делая упор на методы убеждения;
- действовать в строгом соответствии с законом и должностными инструкциями.

При использовании электрооборудования работнику запрещается:

- самостоятельно заменять перегоревшие осветительные лампы и устранять любые возникшие неисправности в электрических устройствах;
- дотрагиваться до поврежденных или неисправных выключателей, штепсельных розеток, вилок, к проводам и шнурам питания с поврежденной изоляцией, к открытым токоведущим частям оборудования;
- включать в электросеть и отключать от неё электроприборы мокрыми руками;
- допускать попадания влаги на поверхности используемых электроприборов;
- выполнять выключение рывком за шнур питания;
- передвигать включенные в электрическую сеть электроприборы;
- размещать на электроприборах предметы (бумагу, ткань, вещи и т.п.);
- разбирать включенные в электросеть приборы;
- сгибать и заземлять шнуры питания.

Работнику следует придерживаться правил передвижения в здании и на территории:

- во время ходьбы быть внимательным, не ходить по неосвещенным участкам;
- при передвижении по лестничным пролетам соблюдать осторожность, не наклоняться за перила, не перешагивать через ступеньки;
- обращать внимание на неровности в холлах и вестибюлях, на территории, на люки колодцев и бордюры, обходить их и остерегаться падения;
- не проходить ближе 1,5 метра от здания.

Запрещается работнику выполнять работу, находясь в состоянии алкогольного опьянения либо в состоянии, вызванном потреблением наркотических средств, психотропных, токсических или других одурманивающих веществ, а также распивать спиртные напитки, употреблять наркотические средства, психотропные, токсические или другие одурманивающие вещества на рабочем месте или в рабочее время.

## **6 ПОРЯДОК ОКОНЧАНИЯ РАБОТЫ.**

По окончании работы работнику следует внимательно осмотреть рабочее место, привести его в порядок.

Выключить из сети питания электроприборы.

Удостовериться, что рабочее место приведено в пожаробезопасное состояние, огнетушители находятся в установленных местах.

При необходимости снять и привести в порядок спецодежду, осмотреть ее и убрать в установленное для хранения место.

Вымыть руки с мылом или аналогичными по действию моющими средствами.

Сообщить непосредственному руководителю о недостатках, влияющих на безопасность труда и пожарную безопасность, обнаруженных во время трудовой деятельности.



## 7 АВАРИЙНЫЕ СИТУАЦИИ, КОТОРЫЕ МОГУТ ВОЗНИКНУТЬ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ.

При ухудшении состояния здоровья, в том числе при проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления), работник обязан немедленно известить своего непосредственного или вышестоящего руководителя, обратиться в ближайший здравпункт (при наличии).

При выполнении работ возможно возникновение следующих аварийных ситуаций:

- повреждения и дефекты в конструкции зданий по причине физического износа, истечения срока эксплуатации (поломка окна, замка, прорыв водопроводной, канализационной, отопительной системы и т.д);
- технические проблемы с оборудованием по причине высокого износа оборудования;
- возникновение очагов пожара по причине нарушения требований пожарной безопасности.

Действия работников при возникновении аварий и аварийных ситуаций.

- При возникновении поломки оборудования, угрожающей аварией на рабочем месте, прекратить его эксплуатацию, а также подачу к нему электроэнергии, газа, воды, сырья, продукта и т.п., доложить о принятых мерах непосредственному руководителю (лицу, ответственному за безопасную эксплуатацию оборудования) и действовать в соответствии с полученными указаниями.
- При возникновении пожара необходимо прекратить работу, вызвать пожарную охрану, отключить средства оргтехники и прочее оборудование от электросети, оповестить о пожаре находящихся поблизости людей, принять меры к эвакуации людей из опасной зоны и принять участие в тушении пожара имеющимися первичными средствами пожаротушения, а при невозможности ликвидировать пожар покинуть опасную зону, действуя согласно инструкциям по пожарной безопасности и планам эвакуации.

Правила применения огнетушителей:

- поднести огнетушитель к очагу пожара (возгорания);
- сорвать пломбу;
- выдернуть чеку за кольцо;
- путем нажатия рычага огнетушитель приводится в действие, при этом следует струю огнетушащего вещества направить на очаг возгорания.

Общие рекомендации по тушению огнетушителями:

- при тушении пролитых легковоспламеняющихся и горючих жидкостей тушение необходимо начинать с передней кромки, направляя струю порошка на горящую поверхность, а не на пламя;
- горящую вертикальную поверхность следует тушить снизу вверх;
- наиболее эффективно тушить несколькими огнетушителями группой лиц;
- после использования огнетушителя необходимо заменить его новым, годным к применению.

• При несчастном случае необходимо оказать пострадавшему первую помощь, при необходимости вызвать скорую медицинскую помощь, сообщить своему непосредственному руководителю и сохранить без изменений обстановку на рабочем месте до расследования, если она не создает угрозу для работающих и не приведет к аварии.

• При угрозе теракта. Всегда контролируйте ситуацию вокруг себя, особенно, когда находитесь в здании колледжа. При обнаружении забытых вещей, не трогая их, сообщите об этом администрации или сотрудникам ЧОП или органам полиции. Постарайтесь сделать все возможное, чтобы люди отошли как можно дальше от находки. Не пытайтесь заглянуть внутрь подозрительного пакета, коробки, иного предмета. Не подбирайте бесхозных вещей, как бы привлекательно они не выглядели. В них могут быть закамуфлированы взрывные устройства (в сотовых телефонах и т.п.). Не пинайте на улице предметы, лежащие на земле.

• Если вдруг началась активизация сил безопасности и правоохранительных органов, не проявляйте любопытства, идите в другую сторону, но не бегом, чтобы Вас не приняли за противника. При взрыве или начале стрельбы немедленно падайте на пол (землю), лучше под прикрытие (парту, бордюры, и т.п.). Для большей безопасности накройте голову руками.



• Случайно узнав о готовящемся теракте, немедленно сообщите об этом в правоохранительные органы. Если вам стало известно о готовящемся или совершенном преступлении, немедленно сообщите об этом в органы ФСБ или МВД.

Экстренные службы	Городской телефон	Сотовый телефон
Пожарно-спасательная служба	01	101
Полиция	02	102
Скорая медицинская помощь	03	103
Аварийная газовая служба	04	104
Единая дежурно диспетчерская служба	112	

## 8 ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

В случае получения травмы работник должен оказать себе первую помощь, воспользовавшись аптечкой первой помощи, при необходимости вызвать скорую медицинскую помощь по телефону 03 (103 – с мобильного), поставить в известность непосредственного руководителя, администрацию колледжа.

При получении травмы иным лицом оказать ему первую помощь, при необходимости вызвать скорую медицинскую помощь по телефону 03 (103 – с мобильного), сообщить непосредственному руководителю, администрации колледжа.

При оказании первой помощи и обучению приемам и методам оказания первой помощи применять инструкцию по оказанию первой помощи.

### **Первая помощь оказывается при следующих состояниях пострадавших:**

1. отсутствие сознания;
2. остановка дыхания и кровообращения;
3. наружные кровотечения;
4. наличие инородных тел в верхних дыхательных путях;
5. травмы различных областей тела;
6. ожоги, эффекты воздействия высоких температур, теплового излучения;
7. отморожение и другие эффекты воздействия низких температур;
8. отравления.

### **Перечень мероприятий по оказанию первой помощи:**

*1) Мероприятия по оценке обстановки и обеспечению безопасных условий для оказания первой помощи:*

1. определение угрожающих факторов для собственной жизни и здоровья;
2. определение угрожающих факторов для жизни и здоровья пострадавшего;
3. устранение угрожающих факторов для жизни и здоровья;
4. прекращение действия повреждающих факторов на пострадавшего;
5. оценка количества пострадавших;
6. извлечение пострадавшего из труднодоступных мест;

7. перемещение пострадавшего.
- 2) *Вызов скорой медицинской помощи.*
- 3) *Определение наличия сознания у пострадавшего.*
- 4) *Мероприятия по восстановлению проходимости дыхательных путей и определению признаков жизни у пострадавшего:*
  1. запрокидывание головы с подъемом подбородка;
  2. выдвигание нижней челюсти;
  3. определение наличия дыхания с помощью слуха, зрения и осязания;
  4. определение наличия кровообращения, проверка пульса на магистральных артериях.
- 5) *Мероприятия по проведению сердечно-легочной реанимации до появления признаков жизни:*
  1. давление руками на грудину пострадавшего;
  2. искусственное дыхание "Рот ко рту";
  3. искусственное дыхание "Рот к носу";
  4. искусственное дыхание с использованием устройства для искусственного дыхания.
- 6) *Мероприятия по поддержанию проходимости дыхательных путей:*
  1. придание устойчивого бокового положения;
  2. запрокидывание головы с подъемом подбородка;
  3. выдвигание нижней челюсти.
- 7) *Мероприятия по обзорному осмотру пострадавшего и временной остановке наружного кровотечения:*
  1. обзорный осмотр пострадавшего на наличие кровотечений;
  2. пальцевое прижатие артерии;
  3. наложение жгута;
  4. максимальное сгибание конечности в суставе;
  5. прямое давление на рану;
  6. наложение давящей повязки.
- 8) *Мероприятия по подробному осмотру пострадавшего в целях выявления признаков травм, отравлений и других состояний, угрожающих его жизни и здоровью, и по оказанию первой помощи в случае выявления указанных состояний:*
  1. проведение осмотра головы и шеи;
  2. проведение осмотра груди;
  3. проведение осмотра спины;
  4. проведение осмотра живота и таза;
  5. проведение осмотра конечностей;
  6. наложение повязок при травмах различных областей тела;
  7. проведение иммобилизации (с помощью подручных средств);
  8. фиксация шейного отдела позвоночника (вручную, подручными средствами);
  9. прекращение воздействия опасных химических веществ на пострадавшего;



10. местное охлаждение при травмах, термических ожогах;
11. термоизоляция при отморожениях и других эффектах воздействия низких температур.

9) *Придание пострадавшему оптимального положения тела.*

10) *Контроль состояния пострадавшего и оказание психологической поддержки.*

11) *Передача пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи.*

#### Первая помощь при термическом ожоге:

- на пострадавшего накинута ткань или сбита пламя водой;
- при небольших ожогах (1-2 степени) поместить обожженное место под проточную холодную воду на 10-20 минут, наложить стерильную повязку, доставить к врачу;
- потерпевшего с тяжелым ожогом не раздевать, завернуть в чистую ткань, тепло укрыть, вызвать скорую помощь и не беспокоить до прибытия врача.

#### Первая помощь при химическом ожоге:

- при попадании раствора кислоты, щелочи пораженный участок кожи промыть сильно скользящей струей холодной воды в течение 20 мин;
- ожоговую поверхность закрыть повязкой.

#### Первая помощь при ожогах верхних дыхательных путей:

- вынос пострадавшего на свежий воздух, придание оптимального положения (полусидя) и вызов скорой медицинской помощи.

#### Первая помощь при перегревании (тепловой удар):

- пострадавшего переместить в прохладное место, при наличии сознания дать выпить охлажденной воды, расстегнуть одежду.
- пострадавшему без сознания придать устойчивое боковое положение.
- до приезда скорой помощи контролировать состояние, быть готовым к сердечно-легочной реанимации.

#### Первая помощь при отравлении через рот:

- удалить ядовитое вещество, для этого рекомендовать пострадавшему вызвать рвоту, выпив большое количество воды (5-6 стаканов) и надавив двумя пальцами на корень языка (не вызывать рвоту, если пострадавший находится без сознания);
- до прибытия скорой медицинской помощи контролировать состояние.

#### Первая помощь при отравлении через дыхательные пути:

- убедиться, что место происшествия не представляет опасности, при необходимости использовать средства индивидуальной защиты;
- изолировать пострадавшего от воздействия газа или паров, для этого вынести (вывести) пострадавшего на свежий воздух;
- при отсутствии сознания придать устойчивое боковое положение, а при отсутствии дыхания приступить к сердечно-легочной реанимации.

#### Первая помощь при поражении электрическим током:

- освободить пострадавшего от действия электрического тока, отключив сеть и т.д.
- при отсутствии дыхания, пульса осуществить реанимационные мероприятия;
- наложить на пораженную область стерильную повязку;
- вызвать медицинского работника и скорую помощь.

#### Первая помощь при нарушении проходимости верхних дыхательных путей

При частичном нарушении проходимости предложить пострадавшему покашлять.

При полном нарушении проходимости предпринять меры по удалению инородного тела:

- встать сбоку и немного сзади пострадавшего студента (работника);
- придерживая пострадавшего одной рукой, другой наклонить его вперед;
- нанести 5 резких ударов основанием своей ладони между лопатками пострадавшего;
- проверять после каждого удара, не удалось ли устранить нарушение проходимости;
- если после 5 ударов инородное тело не удалено, следует: встать позади и обхватить пострадавшего обеими руками на уровне верхней части живота; сжать кулак и поместить над пупком большим пальцем к себе; обхватить кулак другой рукой и, слегка наклонив пострадавшего вперед, резко надавить на его живот в направлении внутрь и вверх;
- при необходимости надавливания повторить до 5 раз.

#### Первая помощь при ушибе:

- приложить к ушибу пузырь со льдом или холодной водой;
- если есть ссадина, следует перевязать ее, сверху наложить пузырь со льдом;
- обеспечить больному полный покой;
- ушибленным частям тела придать немного приподнятое положение;
- при ушибе головы, грудной клетки, живота могут быть повреждены и внутренние органы, поэтому следует срочно вызвать скорую помощь.

#### Остановка кровотечения:

Если кровь вытекает из раны наружу, - это внешнее кровотечение.

Если же поверхность кожи не нарушена, что бывает при ушибах, а кровь вытекает под кожу в среднюю полость сустава, черепа, грудную клетку и брюшную полость, то это - внутреннее кровотечение.

Сила кровотечения зависит от степени повреждения и размера кровеносного сосуда.

По виду поврежденных сосудов кровотечения бывают:

- артериальные (наиболее опасные) - пульсирующая алая струя крови, быстро пропитывающаяся кровью одежда пострадавшего.
- венозные (меньшая скорость кровопотери) - кровь темно-вишневая, вытекает «ручьём».
- капиллярные - при ссадинах, порезах, царапинах.
- смешанные - кровотечения, при которых имеются одновременно артериальное, венозное и капиллярное кровотечение.

Способы временной остановки наружного кровотечения:

- прямое давление на рану. Рана закрывается стерильным бинтом, после чего на область раны осуществляется давление рукой с силой, достаточной для остановки кровотечения. Допустимо давить на рану рукой в медицинских перчатках.
- наложение давящей повязки. Осуществляется для более продолжительной остановки кровотечения. На рану кладутся стерильные салфетки из аптечки, бинт должен раскатываться по ходу движения, по окончании наложения повязку закрепить, завязав свободный конец бинта вокруг конечности. Повязка накладывается с усилием.
- пальцевое прижатие артерии. Давление осуществляется в определенных точках между раной и сердцем. Выбор точек обусловлен возможностью прижатия артерии к кости. Прижатие артерии предшествует наложению кровоостанавливающего жгута и используется в первые секунды после обнаружения кровотечения.
- максимальное сгибание конечности в суставе. Приводит к перегибу и сдавливанию кровеносного сосуда. Для повышения эффективности в область сустава вкладывают 1-2 бинта или свернутую валиком одежду. После сгибания конечность фиксируют руками, несколькими турами бинта или подручными средствами.
- наложение кровоостанавливающего жгута. Применяется для более продолжительной временной остановки сильного артериального кровотечения.
- оказание первой помощи при носовом кровотечении. Если пострадавший находится в сознании, усадить его со слегка наклоненной вперед головой и зажать ему нос в районе крыльев носа на 15-20 минут, при этом положить холод на переносицу. Если спустя



указанное время кровотечение не остановилось, вызвать скорую медицинскую помощь, до приезда которой продолжать выполнять те же мероприятия.

Первая помощь при обмороке (потери сознания): Признаки обморока: резкая бледность кожи лица и слизистых оболочек, слабый пульс, слабое дыхание, появление пота на лице. Необходимо расстегнуть одежду, которая препятствует дыханию, открыть окна или вынести потерпевшего на свежий воздух и положить его, слегка приподняв ноги, дать стакан крепкого чая. Лицо и грудь можно смочить холодной водой, но прикладывать к голове холодные примочки не следует.

Инструкцию разработал:  
Специалист по ОТ



Мокрополова Л.А.