

**Міністерство освіти і науки України
Головне управління освіти і науки Київської обласної державної
адміністрації**

**Державний навчальний заклад
“Березанський професійний аграрний ліцей”**

**Інструкція з охорони праці №____
вступний інструктаж з безпеки життєдіяльності для учнів ліцею**

Березань

Міністерство освіти і науки України
Головне управління освіти і науки Київської обласної державної адміністрації
Державний навчальний заклад
«Бережанський професійний аграрний ліцей»

ЗАТВЕРДЖЕНО
наказом по ДНЗ «Бережанський
професійний аграрний ліцей»
від «__» _____ 201_р. №__

Інструкція з охорони праці №__
вступний інструктаж з безпеки життєдіяльності для учнів ліцею

1. Загальні відомості про ліцей.

Ліцей побудовано згідно генеральному плану в 1984 році. Займає територію 7,84 гектара, на якій знаходиться навчальні та побутові корпуси, гуртожиток, майстерні, полігон для водіння техніки, інженерні споруди для обслуговування.

Навчальні кабінети і лабораторії знаходяться в навчальному корпусі. Спортзал, актовий зал і їдальня розташовані в суспільно-побутовому корпусі. На території ліцею знаходиться стадіон і спортивні майданчики. Медпункт знаходиться на першому поверсі гуртожитку.

Для організації навчально-виробничого і виховного процесу ліцей має:

- навчальні кабінети і лабораторії, обладнані відповідними засобами навчання;
- навчально-виробничі майстерні, навчальне господарство, полігон обладнаний обхідною навчальною технікою, машинами, механізмами, інструментами, іншими засобами навчання;
- бібліотеку, читальний та актовий зал, приміщення для медичного обслуговування, їдальню і гуртожиток обладнані відповідно до діючих нормативів та санітарних норм.

Приміщення і споруди ліцею експлуатуються відповідно до вимог охорони праці, правил пожежної безпеки і санітарно-гігієнічних норм.

У навчальному закладі для учасників навчально-виховного процесу встановлено п'ятиденний робочий тиждень з двома вихідними днями.

Час початку і закінчення занять встановлюється у відповідності з навчальним розкладом уроків і затверджується директором. Початок навчально-виховного процесу починається о 8 год. 30 хв. Усі учні повинні приходити за 10 хвилин до початку навчально-виховного процесу.

Обов'язковим у роботі з охорони праці в навчальному закладі є навчання та інструктування про безпечні методи праці та навчання учнів. Проведення інструктажів та перевірка знань з питань техніки безпеки (охорони праці) здійснюється в межах навчальної програми і оформляється відповідно у журналі інструктажу.

Виконання вимог правил з техніки безпеки учнями є обов'язковим у роботі, спрямованій на організацію безпечних та здорових умов праці учнів, під час проведення занять у навчальних кабінетах, кабінетах підвищеного ризику (майстерні, спортивний зал, кабінет хімії, фізики, інформатики. Усі кабінети підвищеного ризику є об'єктами небезпеки, тому необхідно дотримуватись правил безпеки під час роботи та бути одягненим у відповідний одяг.

У кабінетах фізики та хімії учням забороняється працювати із реактивами, електричними та іншими нагрівальними приладами без догляду викладача та майстра виробничого навчання. Забороняється використовувати електроприлади із пошкодженою ізоляцією,

зберігати біля них легкозаймисті рідини, обгортати па пером або тканиною електричні лампи, клеювати ділянки електропроводки легкозаймистою тканиною, папером; працювати на несправному обладнанні. Під час практичних та лабораторних занять у кабінетах підвищеного ризику виконувати лише ту роботу, з якої пройдено інструктаж, чітко дотримуючись вимог інструкцій з охорони праці.

2. Загальні правила поведінки під час навчально-виховного процесу.

Безпека життєдіяльності учасників навчально-виховного процесу ґрунтується на свідомому і сумлінному виконанні правил. Основні види життєдіяльності в ліцеї – це праця, навчання, гра, творчість. Під час знаходження в навчальному закладі потрібно усвідомлювати наслідки своїх дій, щоб не створити небезпечну ситуацію, виробивши відчуття особистої безпеки та безпеки оточуючих; розуміти те, що безпека, перш за все, залежить від кожної людини, її ставлення до навколишнього середовища та інших людей.

Перед початком навчальних занять, також при зарахуванні або оформленні до закладу освіти учням проводиться вступний інструктаж з безпеки життєдіяльності, надання першої долікарської допомоги, правильних дій при виникненні надзвичайної ситуації, правил пожежної безпеки, електробезпеки, правил дорожнього руху та фіксується у журналах.

Виконання вимог правил з техніки безпеки учнями є обов'язковими у роботі, спрямованій на організацію безпечних та здорових умов праці.

Учні ліцею зобов'язані:

- виконувати вимоги з безпеки життєдіяльності, передбачені правилами та інструкціями, дотримуватися дисципліни, навчатися сумлінно;
- берегти обладнання, інвентар, матеріали, навчальні посібники, бережливо ставитися до майна ліцею;
- сумлінно дотримуватися правил особистої гігієни і санітарних норм на місці праці;
- виконувати лише ту роботу, яку доручив викладач або майстер виробничого навчання;
- не входити до навчального кабінету без дозволу викладача;
- не підходити до відкритих вікон, починаючи з II поверху;
- не бігати в класах, коридорах навчального закладу під час навчально-виховного процесу;
- не підходити близько до внутрішніх балконів та не перехилятися через них, не спускатися перилами сходів;
- не допускати грубощів, образ, застосування протиправних дій у вирішенні конфліктних ситуацій до оточуючих;
- не приносити до ліцею небезпечні предмети (ріжучі, колючі, вибухові, вогнеонебезпечні предмети, газові балончики, петарди та інше);
- не палити;
- під час проведення уроків не покидати навчальний кабінет без дозволу викладача;
- не виносити з навчального закладу матеріальні цінності;
- співпрацювати з адміністрацією навчального закладу щодо створення безпечних умов для навчання (повідомляти про всі недоліки, які можуть призвести до небезпеки життєдіяльності під час навчально-виховного процесу).

Як приймати відповідальні рішення?

Завжди намагатися діяти під час навчально-виховного процесу так, щоб не викликати неприємних почуттів у вас та інших людей.

- перш ніж щось зробити чи сказати, оцінити наслідки своєї поведінки за допомогою почуттів;
- для цього уявити, як розвиватимуться події і які виникнуть почуття у вас і оточуючих (викладачів, адміністрації навчального закладу, учнів);
- якщо ці почуття неприємні, такий варіант поведінки неприйнятний, виберіть інший.

Обставинами та причинами найбільш характерних нещасних випадків, що сталися в навчальних закладах за останні роки є:

- травмування внаслідок протиправних дій інших осіб (бійки між учнями під час перерв у коридорах, на вулиці);
- невиконання учнями правил безпеки під час проведення занять з фізичної культури та на майданчику;
- не виконання учнями вимог інструкцій з безпеки життєдіяльності.

Виконання вимог інструкцій, нормативних актів з безпеки життєдіяльності, правил безпечної роботи під час навчально-виховного процесу, співпраця з адміністрацією навчального закладу щодо створення безпечних умов для навчання є запорукою безпеки вас і оточуючих.

3. Вимоги пожежної безпеки в навчальному закладі.

Кожен учень навчального закладу зобов'язаний знати і точно виконувати правила пожежної безпеки, а при виникненні пожежі, заспокоївшись виконувати вимоги інструкції та вказівки дорослих щодо виходу у небезпечне місце від вогню.

У приміщеннях та на території закладу освіти забороняється палити і розкидати запалені сірники, застосувати в приміщеннях відкритий вогонь (паяльні лампи, факели тощо). На території навчального закладу не дозволяється розкладання вогнищ, спалювання сміття, відходів, пакувальних матеріалів.

Постійно утримувати робоче місце в чистоті. Використовувати пожежний інвентар та інструменти тільки за призначенням. Не використовувати у приміщеннях електрочайники, чайники та інше (окрім місць, спеціально відведених і обладнаних для цього), не залишати без нагляду ввімкнені в електромережу кондиціонери, комп'ютери, радіоприймачі.

Під час експлуатації електроустановок не дозволяється:

- використовувати кабелі і проводи із пошкодженою ізоляцією або також ізоляцією, що втратила захисні властивості;
- залишати під напругою електричні проводи і кабелі з неізольованими кінцями;
- переносити ввімкнені прилади та ремонтувати обладнання, яке знаходиться під напругою;
- залишати без нагляду ввімкнені в електромережу нагрівальні прилади, обладнання;
- користуватися пошкодженими (несправними) розетками;
- зав'язувати і скручувати електропроводи;
- застосовувати саморобні подовжувачі, які не відповідають правилам влаштування електроустановок щодо переносних (пересувних) електропроводів.

Забороняється самостійно усувати несправності електромережі і електрообладнання.

Черговим учням після закінчення навчально-виховного процесу зачинити вікна, відключити освітлення, електроживлення приладів та обладнання (за винятком чергового освітлення). Оглянути приміщення, переконавшись у відсутності порушень, що можуть призвести до пожежі, і тільки після цього замкнути двері. У разі виявлення порушень, доповісти викладачу, класному керівнику, керівнику навчального закладу або працівнику, який його заміщує.

Кожен учасник навчально-виховного процесу, який виявив пожежу або її ознаки (задимлення, запах горіння або тління різких матеріалів) зобов'язаний негайно повідомити про це за тел. 101 до пожежної частини (при цьому слід чітко назвати адресу об'єкта, місця виникнення пожежі, а також своє прізвище); задіяти систему сповіщення людей про пожежу; розпочати евакуацію під керівництвом дорослих з будівлі до безпечного місця згідно з планом евакуації. Забороняється використовувати пожежний інвентар та обладнання для потреб, не пов'язаних з пожежогасінням.

До первинних засобів пожежогасіння відносяться: внутрішній пожежний кран (кран, пожежний рукав зі стволем), вогнегасники, пісок, лопати, відро, багор, сокира, азбестові простирала. Вода до пожежного крану (ПК) подається по пожежному водопроводу.

Не можна гасити водою фарби, бензин та інше пальне, електрообладнання, що знаходиться під напругою, оскільки вода гарний електропровідник, а горючі рідини легші за воду, тому вони спливають на її поверхню і продовжують горіти.

Пісок знаходиться в ящику і його застосовують для механічного збивання полум'я та ізоляції горючих матеріалів від доступу повітря (кисню).

Правила поведінки під час пожежі в навчальному закладі у випадку коли поруч з учнем нема дорослої людини:

- Пожежа у твоєму класі, в приміщенні навчального закладу, в якому ти знаходишся:
 - якщо можеш вийти з класу через двері, рятуйся сам і допоможи іншим людям;
 - якщо вихід перекрито вогнем, але ти знаходишся не вище другого поверху або поряд є дерево чи пожежна драбина, вибирайся з класу через вікно;
 - під час пожежі не можна ховатися в глухі кути, під парти, шафи, в підсобні приміщення;
 - захищай органи дихання і закрій щілини під дверима (краще вологими тканинами);
 - подавай сигнали рятувальникам.
- Пожежа в коридорі ліцею:
 - перш ніж визирнути в коридор, потрібно торкнутися тильною стороною долоні ручки вхідних дверей, якщо вона гаряча, не відчиняй, там пожежа;
 - якщо ручка дверей холодна, визирни в коридор, якщо там вогонь або багато диму, зачини двері;
 - якщо диму небагато, але він йде знизу, це означає, що пожежа на нижніх поверхах. Не спускайся вниз, зайди в клас, зачини двері, чекай на допомогу рятувальників;
 - якщо неможливо залишити приміщення і в тебе є мобільний телефон, зателефонуй за номером 101, щоб повідомити про себе;
 - якщо пожежа сталася вище поверхом, попередньо захистивши органи дихання (мокрим носовичком або тканиною) спускайся вниз сходами.

4. Правила та дії у разі надзвичайних ситуацій.

- *Правила безпечної поведінки під час землетрусу:*
 - до значних руйнувань призводять землетруси силою більше 5 балів;
 - під час землетрусу намагатися вийти з будинку, перебуваючи на 1-2 поверхах;
 - у приміщенні ховатися в пройомах внутрішніх дверей, в арках капітальних стін. Не залишатись в наріжних кімнатах;
 - на відкритому місці триматися на безпечній відстані від ліній електропередач, великих будівель, мостів.
- *Як діяти, опинившись під завалом у зруйнованому будинку:*
 - покликати на допомогу;
 - якщо хтось відгукнувся, повідомити місце перебування і що сталося;

- спокійно чекати, поки розберуть завал;
- якщо ніхто не чує, спробувати вивільнити руки і ноги;
- роздивитись, якими предметами завалений;
- якщо вони не надто важкі, обережно розбирати завал. Намагатися не зачепити те, на чому все тримається;
- якщо не видно, чим завалений, або предмети, які на вас впали, дуже важкі, терпляче кликати на допомогу кілька годин;
- якщо ніхто не чує, все-таки спробувати розібрати завал;
- звільнившись, оглянути себе. Якщо необхідно, надати собі першу допомогу: зупинити кровотечу, зафіксувати зламану кінцівку;
- очікуючи допомоги, намагайтеся уникнути переохолодження: постеліть щось на підлогу, ляжте на бік, підклавши під себе руку, коліна підтягніть до грудей.
- *Правила поведінки на підтопленій території:*
- якщо повинь застала вдома, вимкніть електрику та газ, перенесіть необхідні речі на верхні поверхи, на горище, взуйте гумові чоботи, одягніть куртку. Візьміть запас води і продуктів харчування;
- якщо немає можливості вибратися з будинку і пройти до пункту евакуації або на підвищене місце, перейдіть на верхній поверх або горище і кличте на допомогу;
- якщо вода застала в лісі або в полі, знайдіть предмет, який допоможе утриматися на воді, вийдіть на підвищене місце або залізьте на дерево і кличте на допомогу.
- *Правила безпечної поведінки під час грози:*
- якщо гроза застала вдома, зачиніть вікна, вимкніть з розеток електроприлади, не виходьте з дому;
- якщо гроза застала надворі, намагайтеся сховатись в найближчому приміщенні;
- якщо під час грози знаходитесь на відкритому місці, сховайтесь в яру під кущами;
- не ховайтесь від грози під високим поодиноким деревом, високовольтною лінією електропередач, у річці;
- відкладіть на 15-20 м від себе всі металеві речі;
- якщо гроза застала в автомобілі, залишайтеся в ньому.
- *Правила безпечної поведінки в місцях скупчення людей:*
- збираючись у місця скупчення людей, відповідно одягніться;
- на концерти, вистави, змагання краще приходити раніше;
- сідайте на місця поблизу виходу;
- після закінчення краще зачекати, поки люди вийдуть;
- у натовпі треба рухатись разом з усіма, намагаючись триматися далі від стін і дверей, до яких можуть притиснути;
- якщо впали, спробуйте підвестись, а якщо це не вдається, згрупуйтеся і захищайте голову руками;
- *Дії у разі нещасних випадків у побуті:*
- заспокоїтись та заспокоїти оточуючих;
- викликати швидку допомогу за номером 103;
- при можливості надати потерпілому першу медичну допомогу: зупинити кровотечу, зафіксувати зламану кінцівку.

5. Безпека дорожнього руху. Поведінка на вулиці, ознайомлення з правилами дорожнього руху.

В Україні встановлено правосторонній рух транспортних засобів. Порядок початку руху, зміни руху з напрямком, розташування транспортних засобів і пішоходів, вибору швидкості руху та дистанції, обгону та стоянки, проїзду перехресть, пішохідних переходів і залізничних переїздів, зупинок транспортних засобів загального користування, користування зовнішніми світловими приладами, правила пересування пішоходів, проїзд велосипедів, а також питання організації руху та його безпеки регулюються Правилами дорожнього руху, що затверджуються Кабінетом Міністрів України.

Учні ліцею зобов'язані:

- вчити на уроках правила дорожнього руху і неухильно дотримуватися їх та інших нормативних актів з питань безпеки дорожнього руху;
- створювати безпечні умови для дорожнього руху, не завдавати своїми діями або бездіяльністю шкоди підприємствам, установам, організаціям, навчальному закладу і громадянам;

Пішохід, тобто особа, яка бере участь у дорожньому русі поза транспортними засобами і не виконує на дорозі будь-яку роботу, має право:

- за відсутності в зоні видимості переходу чи перехрестя переходити дорогу, вулицю, залізничний переїзд під прямим кутом до краю проїжджої частини на дільниці, де вона добре проглядається в обидві сторони;
- на переважний перетин проїжджої частини по позначених пішохідних переходах.

Учні під час знаходження на вулиці за межами ліцею зобов'язані:

- рухатися по тротуарах, пішохідних або велосипедних доріжках, узбіччях, а в разі їх відсутності – по краю проїжджої частини автомобільної дороги чи вулиці;
- не переходити проїжджу частину автомобільних доріг, вулиць, залізничних переїздів безпосередньо перед транспортними засобами, що наближаються поза пішохідними переходами за наявності роздільної смуги, а також у місцях, де встановлені пішохідні чи дорожні огороження;
- перетинати проїжджу частину автомобільної дороги, вулиці по пішохідних переходах, а в разі їх відсутності – на перехрестях по лінії тротуарів і узбіччя;
- не затримуватися і не зупинятися без потреби на проїжджій частині автомобільної дороги, вулиці і залізничному переїзді;
- не виходити на проїжджу частину із-за нерухомого транспортного засобу або іншої перешкоди, що обмежує видимість, не переконавшись у відсутності транспортних засобів, що наближаються;
- здійснювати посадку в транспортний засіб лише зі спеціального майданчика, а в разі його відсутності – з тротуару чи узбіччя;
- під час руху на автомобілі, бути пристебнутими поясом безпеки, а на мотоциклі в застебнутому шоломі і не перевозити пасажирів без застебнутих мотошоломів;
- не відволікати увагу водія від керування транспортним засобом (тролейбусом, автобусом, трамваєм, маршрутним таксі).

Учень при користуванні велосипедом без двигуна, має право:

- їздити по спеціальних велосипедних доріжках, а в разі їх відсутності – по краю проїжджої частини дороги, вулиці чи узбіччю.

Зобов'язаний:

- використовувати технічно справний та належним чином обладнаний велосипед;
- не перевозити вантажів, що заважають керувати;
- не перевозити пасажирів, за винятком дітей віком до семи років на спеціально обладнаному сидінні.

6. Побутовий травматизм, попередження та дії у разі нещасних випадків.

Під нещасними випадками в побуті слід розуміти не пов'язані з навчально-виховним процесом травми, у тому числі отримані внаслідок заподіяних тілесних ушкоджень іншою особою, отруєння, самогубства, опіки, обмороження, утоплення, ураження електричним струмом, блискавкою, травми, отримані внаслідок стихійного лиха, контакту з тваринами тощо, які призвели до ушкодження здоров'я потерпілих.

Причинами нещасного випадку можуть бути: події, пов'язані з транспортом, у тому числі: вхід, вихід з транспортного засобу, дорожньо-транспортні пригоди, з них наїзд або зіткнення транспортних засобів; події пов'язані з використанням газу у побуті; випадкові випадіння потерпілого, у тому числі: під час пересування, з висоти, в колодязі, ями, ємності; випадкова дія механічних сил, у тому числі: падіння предметів, матеріалів, породи, обвали будівель, споруд та їхніх частин; дія предметів та деталей, що рухаються та обертаються, розлітаються; ураження електричним струмом, у тому числі: у разі доторкання до лінії електропередач та обірваних проводів, у разі користування побутовими електроприладами, вибухи, випадкові отруєння, у тому числі: продуктами харчування та безалкогольними напоями, алкогольними напоями, наркотичними засобами, психотропними речовинами, грибами, ліками і т.д.

Одним із видів нещасних випадків у побуті є ураження електричним струмом.

Загальні правила електробезпеки:

Електробезпека - це система організаційних і технічних заходів і засобів, які забезпечують захист людей від шкідливого і небезпечного впливу електричного струму, електричної дуги, електромагнітного поля і статичної електричної електрики.

Електричний струм, проходячи через тіло людини, діє не тільки в місцях контактів і на шляху проходження через організм а й на центральну нервову систему, що спричиняє ураження внутрішніх органів (порушення нормальної діяльності серця, зупинку дихання).

Правильне користування електроенергією виключає випадки ураження електричним струмом.

Основні вимоги, яких потрібно дотримуватись при користуванні електроенергією: захист від коротких замикань (автомати, пробкові запобіжники) у електропроводці повинен бути завжди справним. Заміна заводських запобіжників, навіть тимчасово, усілякими металевими провідниками(„жучками“) може стати причиною нещасного випадку чи пожежі. Основною умовою безпечного застосування електроенергії у приміщеннях є справний стан, ізоляції електропроводів, електроприладів і апаратів, електричних щитків, вимикачів, штепсельних розеток, лампових патронів і світильників, а також електрошнурів, з допомогою яких умикають в електромережу електроприлади, тому необхідно слідкувати за станом ізоляції, забезпечуючи своєчасний ремонт.

Щоб уникнути пошкодження ізоляції, забороняється: підвішувати електропровід на цвяхах, металевих і дерев'яних предметах; перекручувати проводи; закладати провід і шнури за газові і водопровідні труби, за батареї опалення; витягати за шнур вилку з розетки. У будинках, де електропроводка зроблена закритим способом під штукатуркою, забивання у довільні місця стіни цвяхів для підвішування штор та інших предметів, а також пробивання

отворів може призвести до пошкодження схованої електропроводки і ураження електричним струмом. Тому всі подібні роботи треба виконувати, попередньо переконавшись у відсутності в даному місці електропроводки. Освітлювальну арматуру і електролампи небезпечно чистити від забруднення і пилюки при ввімкненому вимикачі, тобто під напругою; мокрими чи вологими ганчірками. Чистку треба виконувати при вимкненому вимикачі сухою ганчіркою, стоячи на підставці, яка не проводить електричного струму. Пошкоджені вимикачі, лампові патрони, штепсельні розетки, електроприлади і апарати заборонено замінювати під напругою. Для цього прилад, апарат слід вимкнути з електромережі, а при ремонті електропроводки - викрутити запобіжник (чи вимкнути автомат). Цю роботу повинна виконувати особа, яка обізнана з правилами ремонту. При користуванні переносними приладами, електроінструментами небезпечно одночасно торкатись батареї опалення, водопровідних труб та інших заземлених металевих конструкцій, тому що при пошкодженні ізоляції електричного приладу через тіло людини, яка доторкнулась до названих металевих конструкцій, пройде небезпечний для організму струм. Небезпека ураження електричним струмом може виникнути також у таких випадках: при користуванні електроприладами із пошкодженою ізоляцією, електроплитками із відкритою спіраллю; саморобними електронагрівачем, при заповненні водою електронагрівальних приладів (чайників, каструль, самоварів), вже увімкнених в електромережу; при порушенні порядку ввімкнення приладу у електромережу необхідно електрошнур спочатку підключити до приладу, а потім до мережі, а не навпаки. Діти, не усвідомлюючи небезпеки, доторкаються до електроприладів, увімкнених в електромережу, і часто отримують опіки й більш серйозні травми. Особливо обережним треба бути при користуванні електроенергією у вологих приміщеннях, у приміщеннях із земляною, цегляною і бетонною підлогою, які є добрим провідником струму, бо за таких умов небезпека ураження електричним струмом збільшується.

7. Перша медична допомога у разі нещасних випадків, надзвичайних подій.

При нещасних випадках дуже важливо до приїзду лікаря своєчасно надати першу до-лікарську допомогу.

Схема послідовності дій при наданні першої долікарської допомоги:

- вивести потерпілого з оточення, де стався нещасний випадок;
- вибрати потерпілому найбільш зручне положення, що забезпечує спокій;
- визначити вид травми (перелом, поранення, опік);
- визначити загальний стан потерпілого, встановити чи не порушені функції життєво важливих органів;
- розпочати проведення необхідних заходів:
 - зупинити кровотечу;
 - зафіксувати місце перелому;
 - вжити реанімаційних заходів: штучне дихання, зовнішній масаж серця;
 - обробити ушкоджені частини тіла.
- одночасно з наданням долікарської допомоги необхідно викликати швидку допомогу або підготувати транспорт для відправки потерпілого до найближчої медичної установи;
- повідомити адміністрацію ліцею про те, що трапилось. Важливо знати обставини, за яких сталася травма, умови, які спонукали до її виникнення, та час, годину і навіть хвилини, особливо коли потерпілий втратив свідомість.

7.1. Надання першої допомоги при ураженні електричним струмом.

Як найшвидше звільнити потерпілого від дії струму:

- вимкнути рубильник або викрутити запобіжник;
- вимкнути мережу живлення;
- сухою палицею відкинути від потерпілого провід, який знаходиться під напругою, відтягти потерпілого від електричних проводів, від струмопровідних частин установки. При напрузі в установках до 1000В можна взятися за сухий одяг потерпілого, не торкаючись відкритих частин тіла. Слід користуватися гумовими рукавичками або намотати на руку шарф, прогумований плащ. Рекомендується стати на ізолюваний предмет (на суху дошку, на згорток сухого спецодягу).

У випадку судорожного обхвату потерпілим електричного проводу, який знаходиться під напругою, розгорнути руки потерпілому, відриваючи його від проводу послідовним відгинанням окремих пальців. При цьому працівник, який надає допомогу, повинен бути у діелектричних рукавичках і знаходитись на ізолюючій від землі основі.

При напрузі в електричних установках понад 1000В рятівник повинен одягти діелектричні боти, рукавиці і діяти діелектричною штангою. Якщо потерпілий при свідомості, його кладуть у зручне положення, накривають теплим покривалом і залишають у стані спокою до прибуття лікаря.

Якщо після звільнення потерпілого від дії струму він не дихає, потрібно негайно зробити штучне дихання і непрямий (зовнішній) масаж серця. Найбільш ефективним методом штучного дихання є: " з рота в рот" або "з рота в ніс". Робиться це таким чином: стають з лівого боку від потерпілого, підкладають під його потилицю ліву руку, а правою тиснуть на його лоб: це забезпечить вільну прохідність гортані. Під лопатки потерпілому кладуть валик зі скрученого одягу, а рот очищають від слизу. Зробивши 2-3 глибоких вдихи, особа, яка надає допомогу, вдуває через марлю або хустку повітря зі свого рота в рот або ніс потерпілого. При вдуванні повітря через рот, особа, яка надає допомогу, закриває пальцями ніс потерпілого, при вдуванні через ніс закривають рот потерпілому.

Після закінчення вдування повітря в рот чи ніс потерпілому дають можливість вільного видиху. Частота вдування повітря потерпілому повинна бути 12-13 разів на хвилину.

Одночасно з штучним диханням потрібно робити непрямий масаж серця. Робиться це так: потерпілого кладуть на спину на підлозі, звільняють грудну клітку від одягу. Особа, яка надає допомогу, знаходиться з лівого боку від потерпілого, долонями двох рук натискує на нижню частину грудної клітки потерпілого з силою, щоб змістити її на 3-4 см. Після кожного натискування потрібно швидко забирати руки з грудної клітки, щоб дати можливість їй випростатись. У такій ситуації операції чергуються. Після 2-3 вдувань повітря роблять 4-6 натискань на грудну клітку. Для перевірки появи пульсу масаж припиняють на 2-3 секунди. Перші ознаки того, що потерпілий приходить до свідомості: поява самостійного дихання, зменшення синюватості шкіри та поява пульсу.

7.2. Перша допомога при переломах, вивихах, розтягу зв'язок, суглобів, ударах.

При переломах , вивихах необхідно надати потерпілому зручне положення, яке виключає рухи пошкодженої частини тіла. Це досягається шляхом накладання шини, а за її відсутності можна використати палиці, дошки, фанеру. Шина повинна бути накладена так, щоб надійно були іммобілізовані два сусідні з місцем ушкодження суглоби (вище і нижче), а якщо перелом плеча чи стегна, - то три суглоби. Накладають шину поверх одягу або кладуть під неї що-небудь м'яке - вату, шарф, рушник. Шина повинна бути накладена так, щоб центр її знаходився на рівні перелому. Фіксація відкритого перелому вимагає дотримання додаткових

умов. З метою попередження забруднення рани, необхідно змастити поверхню шкіри навколо рани йодом, попередньо зупинивши кровотечу, і накласти стерильну пов'язку.

Особливо небезпечні травми хребта. У таких випадках необхідно обережно, не піднімаючи потерпілого, підсунути під його спину дошку, щит, двері.

При переломі ребер необхідно міцно забинтувати груди або стягнути їх рушником під час видиху. При ушкодженні тазу обережно стягнути його широким рушником, покласти на тверді ноші, а під зігнуті і розведені колінні суглоби підкласти валик.

При переломах і вивихах ключиці у під м'язову западину кладуть вагу або інший матеріал, згинають руку в лікті під прямим кутом і прибинтовують її до тулуба. Рука нижче ліктя повинна перебувати у косинці, яку підв'язують до шиї.

При переломах і вивихах кисті та пальців рук роблять так: кисть руки з вкладеним у долоню жмутом вати, бинта прикладають до шини, яка повинна починатися біля середини передпліччя і закінчуватися біля кінців пальців, і перебинтовують.

При розтягу зв'язок суглобів – підняти хвору кінцівку догори, накласти холодний компрес та тісну пов'язку, створити спокій до прибуття лікаря.

При ударах забезпечити потерпілому повний спокій, накласти на місце удару холодний компрес. При ударах із синцями не слід класти примочки, місце удару змастити йодом і накласти пов'язку.

7.3. Перша допомога при опіках, теплових ударах.

При наданні першої допомоги при опіках, теплових ударах слід швидко припинити дію високої температури. Це має особливо велике значення при займанні одягу і при опіках рідиною через одяг. У першому випадку необхідно загасити полум'я, негайно накинувши на людину, яка горить, будь-яку цупку тканину і щільно притиснути її до тіла. Тліючий одяг знімають або обливають його водою.

При промоканні одягу гарячою водою, його також необхідно облити холодною водою або зняти. Швидке занурення обпеченого місця у холодну воду зменшує біль і тяжкість опіку.

Місце опіків кислотами ретельно промивають струменем води протягом 10-15 хв. Обпечене місце промити 5% розчином перманганату калію, або 10% розчином питної соди (одна чайна ложка на склянку води). На місце опіку накладають бинт. Місце опіків їдкими лугами (каустичною содою, негашеним вапном) промивають проточною водою протягом 10-15 хв, потім слабким розчином оцтової кислоти. Місце опіків накривають стерильною марлею.

Опіки бувають трьох ступенів. При опіках першого ступеня з'являється почервоніння. Припухлість шкіри. Уражені місця обробляють спиртом, прикладають примочки з розчину перманганату калію і забинтовують. При більш тяжких опіках (II і III ступенів) обпечені місця спочатку звільняють від одягу, накривають стерильним матеріалом, зверху. При опіках не слід розрізати пухирі, видаляти смолисті речовини, що прилипли до обпеченого місця, віддирати шматки одягу, які прилипли до рани.

При опіках очей електричною дугою роблять холодні примочки з розчину борної кислоти, потім потерпілого направляють у медичний заклад.

При появі різних ознак теплового або сонячного удару потерпілого негайно виводять на свіже повітря або в тінь, потім його кладуть, розстібають одяг, що стискує, на голову і на серце кладуть холодні компреси, дають пити у великій кількості холодну воду, у тяжких випадках потерпілого обливають холодною водою. При припиненні дихання або його утрудненні до прибуття лікаря потерпілому роблять штучне дихання.

7.4. Перша допомога при обмороженні, переохолодженні.

Обмороження виникає при місцевій дії холоду на тіло. Холод діючи на судини, спричиняє їх звуження, внаслідок цього відбувається недостатнє кровопостачання певної ділянки тіла, що проявляється у зблідненні шкіри. Якщо вчасно не буде надано першу допомогу, то це може спричинити відмирання тканини.

Розрізняють три ступені обмороження: 1 - побіління і втрата чутливості; 2 - почервоніння і поява "пухирів"; 3 - омертвіння тканин, які набувають буро-червоного кольору.

При обмороженні I ступеня слід розтерти обморожені місця тіла сухою теплою тканиною до почервоніння.

При обмороженні II і III ступенів – накласти стерильні сухі пов'язки і забезпечити негайну доставку потерпілого у лікарню.

При легкому ступені переохолодження тіло розігрівають розтиранням, дають випити кілька склянок теплої рідини. При середньому і тяжкому ступенях - тіло енергійно розтирають вовняною тканиною до почервоніння шкіри, дають багато пити.

7.5. Перша допомога при пораненні й кровотечі.

Перша допомога при пораненні та кровотечі зводиться до обережного накладання на рану індивідуального пакета. При цьому мити рану водою, змивати кров з рани забороняється.

Якщо індивідуального пакета немає, використовуйте чисту носову хустинку, попередньо змочивши її йодом так, щоб пляма йоду трохи перебільшувала розміри рани.

При кровотечі необхідно підняти кінцівку, закрити рану перев'язувальним матеріалом і притиснути ділянку біля неї на 4 – 5хв, не торкаючись рани пальцем. Після цього рану треба забинтувати. Якщо кровотеча продовжується слід вдатися до здавлювання кровоносних судин за допомогою згинання кінцівки у суглобах, притискування кровоносних судин пальцями чи джгутом.

При накладанні джгута спочатку місце накладання обгортають м'яким матеріалом (тканиною, ватою). Потім джгут розтягують і туго перетягують ним попередньо обгорнуту ділянку кінцівки доти, поки не припиниться кровотеча.

За відсутності гумової трубки або стрічки, що розтягується, для джгута застосовують інші матеріали (мотузку, ремінь, рушник). У цьому випадку такий джгут зав'язують вузлом на зовнішньому боці кінцівки і використовують як закрутку. У вузол просовують важіль (палічку, металевий стержень), яким закручують закрутку до припинення кровотечі. Через 1 годину після накладання джгута його попускають на 5 - 10 хв, щоб не виникла небезпека омертвіння знекровленої кінцівки. При пораненні великих судин ший і верхньої частини грудної клітки джгут не накладається. Кровотеча зупиняється при натисканні пальцем на поранену судину у самому місці поранення, при великій кровотечі необхідно терміново викликати лікаря.

7.6. Перша допомога при отруєнні.

Причиною отруєння є проникнення в організм людини різних токсичних речовин. Захворювання починається через 2 – 3 год., інколи через 20 – 26 год.

Причиною отруєння оксидом вуглецю (II) є вдихання чадного газу, продуктів горіння, диму. Якщо є можливість, – дати подихати киснем. Звільнити потерпілого від одягу, який утруднює дихання, дати понюхати нашатирний спирт. На голову і груди покласти холодний компрес. У разі припинення дихання необхідно робити штучне дихання.

При отруєнні кислотою, якщо нема симптомів, що свідчать про прорив стравоходу або шлунка, потерпілого слід напоїти розчином питної соди, водою. При отруєнні лугом потерпілого поють оцтовою водою, лимонним соком. За наявності підозри на прорив (нестерпний біль

за грудною кліткою або в ділянці шлунка) потерпілому не слід нічого давати пити, а негайно транспортувати у лікарню.

При харчовому отруєнні потерпілому кілька разів промивають шлунок (примушують випити 1,5 – 2л води, а потім викликають блювання подразненням кореня язика) до появи чистих промивних вод. Можна дати 8 – 10 таблеток активованого вугілля. Потім дають багато чаю, але не їжу. Якщо отруєння пройшло 1 – 2 год, і отрута надходить вже із шлунку до кишечника, то викликати блювання даремно. У такому випадку необхідно дати потерпілому проносне (2 столові ложки солі на 1 склянку води). Для зменшення всмоктування отрути слизовою оболонкою шлунково-кишкового тракту потерпілому можна дати розведені крохмаль або молоко.

Щоб запобігти зупинці дихання і кровообігу, необхідне постійне спостереження за потерпілим.

Як діяти при харчовому отруєнні:

- за перших ознак харчового отруєння треба звернутись до лікаря або викликати швидку допомогу;
- якщо є підозра, що отруєння спричинили гриби, негайно викликати швидку допомогу – кожна хвилина дорога;
- до прибуття лікарів бажано промити шлунок, а потім випити води або несолодкого чаю.

Перша допомога при ураженні хімічними речовинами:

- якщо хімічна речовина рідка, її треба негайно змити проточною водою протягом 15 – 20хв;
- якщо хімічна речовина потрапила в очі, слід промити їх холодною водою протягом 15 – 30хв. Око треба розплющити, а струмінь води спрямувати до його внутрішнього кутка;
- якщо речовина суха, її треба струсити чи зняти сухою ганчіркою (і ніколи не здувати, щоб порошок не потрапив в очі);
- тільки після цього уражене місце промивають водою;
- дію деяких хімічних речовин можна знешкодити. Місце, обпечене оцтовою есенцією, можна обробити мильною водою чи слабким розчином харчової соди (1 чайна ложка на склянку води). А якщо опік спричинено засобом для чищення каналізаційних труб, знадобиться розчин лимонної кислоти (1/2 чайної ложки на склянку води) чи розведений на половину харчовий оцет;
- діти і люди похилого віку потребують негайної госпіталізації навіть при незначному ураженні хімічними речовинами;
- за перших ознак отруєнні слід викликати швидку допомогу;
- до лікарні слід взяти посуд та етикетку від хімічної речовини, яка викликала отруєння.

Посада керівника підрозділу

підпис

прізвище та ініціали

Погоджено:

Інженер з охорони праці