

СОГЛАСОВАНО:

Председатель профсоюзного
комитета

МБУ ДО «Станция юных
натуралистов»

Митраев А.А. Новомлинская

Протокол от 28.02.2022 г.

№ 11

ПРИНЯТО:

Общим собранием
работников

МБУ ДО «Станция юных
натуралистов»

Протокол

от 28.02.2022 г. № 03

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБУ ДО «Станция юных
натуралистов»

Л. Кушнарера
Приказ от 28.02.2022 г. № 16

**ПРОГРАММА**

**первичного инструктажа по охране труда
для педагогических работников на рабочем месте
муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Станция
юных натуралистов» Грайворонского района Белгородской области**

СОДЕРЖАНИЕ.

1. Общие сведения об образовательном учреждении
2. Режим работы учителя
3. Обязанности работников образовательного учреждения
4. Организация работы по охране труда на рабочем месте
5. Общие правила поведения педагогов на рабочем месте
6. Основные опасные и вредные факторы
7. Общие требования безопасности при проведении занятий
8. Общие требования безопасности при проведении демонстрационных опытов
9. Общие требования безопасности при проведении лабораторных работ и практикумов
10. Основные правила по электропожарной безопасности
11. Использование технических средств обучения (ТСО) на уроках
12. Пожарная безопасность. Способы и средства предотвращения пожаров, взрывов, аварий
13. Первая помощь пострадавшим при несчастных случаях

1. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ ОБ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ.

Предметом деятельности МБУ ДО «Станция юных натуралистов» является осуществление образовательного процесса.

Целями деятельности станции являются:

- создание благоприятных условий для развития индивидуальных способностей каждой личности, формирование потребностей к самообразованию и саморазвитию;
- организация педагогического процесса на основе проектирования образовательных программ, направленных на разностороннее развитие личности ребенка и на воспитание общей культуры в современных условиях развития образования;
- построение учебно-воспитательного процесса на основе психолого-педагогической диагностики склонностей, интересов, способностей гимназистов;
- создание оптимальных условий для обучения и воспитания учащихся;
- сохранение и укрепление здоровья учащихся и сотрудников.

Обучение и воспитание осуществляется в интересах личности, общества, государства, обеспечивает создание благоприятных условий для оптимального развития личности и способностей к социальному самоопределению.

2. РЕЖИМ РАБОТЫ ПЕДАГОГА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ.

- Каждое лицо наемного труда находится на своем рабочем месте в часы, установленные для начала и окончания работы. Работники станции, уходя с работы, сдают ключ от кабинета сотрудникам службы безопасности.

- Рабочий день педагога должен начинаться не позднее, чем за 20 минут до начала занятий. Это время отведено на подготовку к уроку кабинета с соблюдением санитарно-гигиенических норм. Перемена между уроками также является рабочим временем. Дежурный администратор

является на дежурство за полчаса до начала уроков.

- В течение учебного времени педагога приступают к очередным урокам со звонком, задержка учащихся на переменах, а также начала уроков после звонка не допускается и считается отсутствием педагога на рабочем месте.

3. ОБЯЗАННОСТИ РАБОТНИКОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

3.1. Все работники обязаны подчиняться руководству организации и его представителям, наделенным административными полномочиями либо осуществляющим распорядительные функции, выполнять их указания, связанные с трудовой деятельностью, а также приказы и предписания, доводимые с помощью служебных инструкций и объявлений.

3.2. Работники, независимо от должностного положения, обязаны проявлять взаимную вежливость, уважение, терпимость, соблюдая служебную дисциплину.

3.3. Выполняя трудовые обязанности, соблюдать следующие требования:

- ходить только по установленным проходам и площадкам;
- не садиться и не облокачиваться на случайные предметы и ограждения;
- не подниматься и не спускаться бегом по лестничным маршам и переходным мостикам;
- не прикасаться к электрическим проводам, кабелям электротехнических установок;
- не устранять неисправности в осветительной и силовой сети, а также пусковых устройствах;
- обращать внимание на знаки безопасности, сигналы и выполнять их требования (запрещающий знак безопасности с поясняющей надписью «Не включать - работают люди!»);
- для питья следует употреблять воду из специально оборудованных фонтанчиков или бачков;
- принимать пищу следует в специально оборудованном помещении (столовой).

4. ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ ПО ОХРАНЕ ТРУДА НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ.

4.1. Основными направлениями деятельности станции в области охраны труда являются:

- обеспечение приоритета сохранения жизни и здоровья работников и учащихся;
- административное управление охраной труда;
- административный надзор и контроль за соблюдением требований охраны труда;
- расследование и учет несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний.

4.2. Работник обязан:

- иметь квалификационную группу по электробезопасности;
- соблюдать требования охраны труда;
- правильно применять средства индивидуальной и коллективной защиты;
- проходить обучение безопасным методам и приемам выполнения работ, инструктаж по охране труда, стажировку на рабочем месте и проверку знаний требований охраны труда;
- немедленно извещать своего непосредственного или вышестоящего руководителя о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае;
- добросовестно выполнять свои трудовые обязанности;
- соблюдать трудовую дисциплину;
- бережно относиться к имуществу станции;
- выполнять установленные нормы труда.

4.3. Общее руководство работой по охране труда в учреждении осуществляет работодатель. Непосредственное руководство работой по охране труда в организации и ее структурных подразделениях осуществляет должностное лицо, на которое приказом возложены обязанности по обеспечению охраны труда в организации.

4.4. Общественный контроль за состоянием охраны труда в организации осуществляют уполномоченные (доверенные) лица по охране труда профсоюза или трудового коллектива.

5. ОБЩИЕ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ УЧИТЕЛЕЙ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ.

- Работник обязан соблюдать нормы, правила и инструкции по охране труда, пожарной безопасности и правила внутреннего трудового распорядка.

- Немедленно сообщить своему непосредственному руководителю о любом несчастном случае, происшедшем в гимназии, о признаках профессионального заболевания, а также о ситуации, которая создает угрозу жизни и здоровью людей.

- Запрещается употребление спиртных напитков, а также приступать к работе в состоянии алкогольного опьянения. Курить разрешается только в специально отведенных местах.

- При заболевании или травмировании, как на работе, так и вне ее, необходимо сообщить об

этом руководителю и обратиться в лечебное заведение.

- При несчастном случае следует оказать помощь пострадавшему в соответствии с инструкцией по оказанию доврачебной помощи, вызвать работника медицинской службы. Сохранить до расследования обстановку на рабочем месте такой, какой она была в момент происшествия, если это не угрожает жизни и здоровью окружающих и не приведет к аварии.

- При обнаружении неисправности оборудования, приспособлений сообщить об этом руководителю. Пользоваться и применять в работе неисправные оборудование и приспособления запрещается.

6. ОСНОВНЫЕ ОПАСНЫЕ И ВРЕДНЫЕ ФАКТОРЫ.

6.1. При проведении занятий возможно воздействие на учащихся следующих опасных и вредных факторов:

- нарушение осанки, искривление позвоночника, развитие близорукости при неправильном подборе размеров ученической мебели;
- нарушение остроты зрения при недостаточной освещенности в кабинете;
- поражение электрическим током при неисправном электрооборудовании кабинета и при работе с электроустановками;
- термические ожоги при нагревании жидкостей и различных физических тел;
- порезы рук при небрежном обращении с лабораторной посудой и приборами из стекла;
- возникновение пожара при неаккуратном обращении с легковоспламеняющимися и горючими жидкостями.

6.2. Психологические опасные и вредные производственные факторы:

- физические перегрузки;
- нервно- психические перегрузки.

6.3. Нервно-психические перегрузки:

- умственное перенапряжение;
- перенапряжение анализаторов;
- монотонность труда.

7. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ.

7.1.1. К работе и занятиям допускаются педагоги и учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.

7.1.2. При проведении занятий учащиеся должны соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы труда и отдыха.

7.1.3. При проведении занятий возможно воздействие на учащихся опасных и вредных факторов, отмеченных в п. 7.

7.1.4. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить учителю, который сообщает об этом администрации гимназии, врачу. При необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

7.1.5. В процессе занятий учащиеся должны соблюдать правила личной гигиены, содержать в чистоте свое рабочее место.

7.1.6. Учащимся запрещается приносить острые, колющие, режущие и другие опасные для жизни и безопасности предметы, химические вещества.

7.1.7. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности, и со всеми учащимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

Требование безопасности перед началом занятий:

Педагог дополнительного образования должен:

7.2.1. Включить полностью освещение в кабинете, убедиться в исправной работе светильников. Наименьшая освещенность в кабинете должна быть не менее 300 лк (20 Вт/кв. м) при люминесцентных лампах и не менее 150 лк (48 Вт/кв. м) при лампах накаливания.

7.2.2. Убедиться в исправности электрооборудования кабинета: светильники должны быть надежно подвешены к потолку и иметь светорассеивающую арматуру; коммутационные коробки должны быть закрыты крышками; корпуса и крышки выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенных контактов.

7.2.3. Убедиться в правильной расстановке мебели в кабинете: расстояние между наружной

стеной кабинета и первым столом должно быть не менее 0,5 – 0,7 м, расстояние между внутренней стеной кабинета и столами - не менее 0,5 – 0,7 м, расстояние между задней стеной кабинета и столами - 0,7 м, расстояние от классной доски до первых столов - 2,4 – 2,7 м, расстояние от классной доски до последних столов - не более 8,6 м, удаление мест занятий от окон не должно превышать 6,0 м.

7.2.4. Проверить санитарное состояние кабинета, убедиться в целостности стекол в окнах и провести сквозное проветривание кабинета.

Длительность сквозного проветривания учебных помещений в зависимости от температуры наружного воздуха

Наружная температура, град С. Длительность проветривания помещения, мин.

в малые перемены в большие перемены и между сменами

От +10 до +6 4-10 25-35

От +5 до 0 3-7 20-30

От 0 до -5 2-5 15-25

От -5 до -10 1-3 10-15

Ниже -10 1-1,5 5-10

7.2.5. Убедиться в том, что температура воздуха в кабинете находится в пределах 18–20С.

7.2.6. Надеть спецодежду при работе с электроустановками, подготовить средства индивидуальной защиты.

7.2.7. Подготовить к работе необходимое оборудование и приборы, проверить их исправность, убедиться в наличии заземления электроустановок.

Требование безопасности во время занятий:

7.3.1. Посадку учащихся производить за рабочие столы, соответствующие их росту: мебель группы № 1 (оранжевая маркировка) – рост 100–115 см, мебель группы № 2 (фиолетовая маркировка) – рост 115–130 см, мебель группы № 3 (желтая маркировка) – рост 130–145 см, мебель группы № 4 (красная маркировка) – рост 145–160 см, мебель группы № 5 (зеленая маркировка) – рост свыше 175 см.

7.3.2. Учащимся со значительным снижением слуха рабочие места отводятся за первыми и вторыми столами. Учащимся с пониженной остротой зрения места отводятся ближе к окну за первыми столами. Учащимся с ревматическими заболеваниями, склонных к частым ангинам и острым воспалениям верхних дыхательных путей, рабочие места отводятся дальше от окон. Не менее двух раз в год учащихся, сидящих в крайних первом и третьем рядах, меняют местами с целью предупреждения нарушения осанки и искривления позвоночника.

7.3.3. С целью обеспечения надлежащей естественной освещенности в кабинете не расставлять на подоконниках цветы.

7.3.4. Все используемые в кабинете демонстрационные электрические приборы должны быть исправными и иметь заземление или зануление.

7.3.5. Стекла окон в кабинете должны очищаться от пыли и грязи, а также должна проводиться очистка светильников не реже двух раз в год. Мытье окон и очистка светильников проводятся только после прохождения целевого инструктажа. Привлекать учащихся к этим работам, а также к оклейке окон запрещается.

7.3.6. При открывании окон рамы фиксировать в открытом положении крючками. При открывании фрамуг обязательно должны быть ограничители.

7.3.7. Во избежание падения из окна, а также ранения стеклом, не вставать на подоконник.

7.3.8. Во время уроков следует проводить физминутки для глаз, осанки, пальцев, групп мышц длительностью 1-2 минуты согласно приказу № 121 от 3.09.2004 г. «Об организации работы по сохранению и укреплению здоровья учащихся».

При использовании в гимназии аудиовизуальных ТСО деятельность их непрерывного применения в учебном процессе устанавливается согласно таблице:

Длительность непрерывного применения на уроках различных технических средств обучения

Длительность просмотра (мин.)

Классы диафильмов, диапозитивов, кинофильмов, телепередач

1-2 7-15 15-20 15

3-4 15-20 15-20 20

5-7 20-25 20-25 20-25

8-11 25-30 25-30

Требования безопасности в аварийных ситуациях:

Педагог дополнительного образования должен:

7.4.1. При возникновении пожара немедленно эвакуировать учащихся из здания, сообщить о пожаре администрации учреждения и в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения.

7.4.2. При прорыве системы отопления удалить учащихся из кабинета, перекрыть задвижки в тепловом узле здания и вызвать слесаря-сантехника.

7.4.3. При получении травмы оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации гимназии, врачу, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

7.4.4. При обнаружении неисправности в работе электрических устройств, находящихся под напряжением (повышенном их нагревании, появлении искрения и т.д.), немедленно отключить источник электропитания и сообщить администрации учреждения.

7.4.5. При коротком замыкании в электрических устройствах и их загорании, немедленно отключить их от сети, сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания углекислотным (порошковым) огнетушителем или песком.

Ученик должен:

7.4.6. При плохом самочувствии сообщить об этом учителю.

7.4.7. При возникновении нестандартной ситуации сохранять спокойствие и неукоснительно выполнять указание учителя.

Требование безопасности по окончании занятий:

7.5.1. Выключить демонстрационные электрические приборы.

7.5.2. Привести в порядок рабочее место.

7.5.3. Снять спецодежду и тщательно вымыть руки с мылом.

7.5.4. Проветрить и провести влажную уборку кабинета.

7.5.5. Закрыть окна, фрамуги и выключить свет.

8. ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПО ЭЛЕКТРОПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

8.1. Будьте внимательны, дисциплинированы, осторожны, точно выполняйте указания учителя

8.2. Не оставляйте рабочего места без разрешения педагога.

8.3. Располагайте приборы, материалы, оборудование на рабочем месте в порядке, указанном педагогом.

8.4. Не держите на рабочем месте предметы, не требующиеся для выполнения задания.

8.5. Перед тем как приступить к выполнению работы, тщательно изучите ее описания, уясните ход выполнения.

8.6. Производите сборку электрических цепей, переключения в них, монтаж и ремонт электрических устройств только при отключении источника питания.

8.7. Не включайте источник электропитания без разрешения педагога.

8.8. Проверяйте наличие напряжения на источнике питания или других частях электроустановок с помощью указателя напряжения.

8.9. Следите, чтобы изоляция проводов была исправна, а на концах проводов - наконечники, при сборке электрической цепи провода располагайте аккуратно, а наконечники плотно зажимайте клеммами.

8.10. В случае пожара звонить по телефону 01.

8.11. Запрещается применять бензин в качестве топлива в спиртовках.

8.12. Запрещается использовать металлические асбестированные сетки и нафталин.

8.13. Нельзя оставлять включенные электро- и радиоустройства без надзора и допускать к ним посторонних лиц.

9. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕХНИЧЕСКИХ СРЕДСТВ ОБУЧЕНИЯ (ТСО) НА ЗАНЯТИЯХ.

9.1. При использовании аудиовизуальных ТСО деятельность их непрерывного применения в учебном процессе устанавливается согласно таблице:

Длительность непрерывного применения на уроках различных технических средств обучения Длительность просмотра (мин.)

Классы диафильмов - диапозитивов - кинофильмов - телепередач

1-2 7-15 15-20 15

3-4 15-20 15-20 20

5-7 20-25 20-25 20-25

8-11 25-30 25-30

11.2. При использовании ТСО и специального оборудования следовать правилам:

№ 1. Гигиена зрения и правильное использование графопроектора.

Диаскопическая проекция транспарантов и прозрачных моделей осуществляется в основном с помощью графопроектора «Лектор – 2000», у которого световой поток $\Phi = 2000$ лм и фокусное расстояние объектива $F = 365$ мм.

Яркость и контрастность изображения, создаваемого на экране любым графопроектором, зависят от чистоты оптики. Поэтому не следует брать за линзы руками, особенно осторожно нужно обращаться с пластмассовыми линзами – нельзя допускать их механических повреждений. Протирать поверхность объектива следует тампоном, смоченным спиртом, а пластмассовые линзы – только легким касанием мягкой салфетки.

Зная проекционное расстояние графопроектора, можно определить размеры и яркость создаваемого пятна на экране, а это и позволит обоснованно решить вопрос, нужно или нет затемнение.

№ 2. Правила размещения и эксплуатация телевизора.

Удобства эксплуатации и надежность работы, качество изображения и звука зависят от размещения телевизора. При этом надо иметь в виду наличие у него комфортной, оптимальной и удовлетворительной зон видимости.

Лучшая зона для восприятия передач находится в интервале 2,5–4,5 м от экрана телевизора. Следует избегать засветки экрана, в том числе и искусственными источниками света, так как она снижает контрастность изображения и насыщенность цвета. Для лучшей видимости изображения при засветке обычно делают максимальные яркость и контрастность, однако это снижает срок службы кинескопа, приводит к общему ухудшению качества изображения и появлению неприятных мерцаний. Вместе с тем не рекомендуется смотреть телепередачи и в полной темноте, поскольку при этом утомляются глаза.

Телевизор нельзя устанавливать возле печей и радиаторов отопления, водопроводных и газовых кранов. Не следует закрывать вентиляционные отверстия задней стенки и поддона телевизора. На работу цветных телевизоров отрицательное действие оказывают магнитные помехи, создаваемые радиоприемниками и другими электроприборами.

Регулировку и настройку телевизора и видеоманитфона при их эксплуатации можно производить только органами управления, доступными без снятия задней крышки. Искажения изображения, вызванные неисправностью схемы (разрушение строчной и кадровой разверток), устраняются специалистами.

10. ПОЖАРНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ. СПОСОБЫ И СРЕДСТВА ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ ПОЖАРОВ, ВЗРЫВОВ, АВАРИЙ.

10.1. Работники организаций допускаются к работе после прохождения противопожарного инструктажа.

10.2. Работники организаций обязаны:

- соблюдать требования пожарной безопасности, а также соблюдать и поддерживать противопожарный режим;
- в случае обнаружения пожара сообщить о нем работникам службы безопасности и принять возможные меры к спасению людей, имущества и ликвидации пожара.

10.3. Запрещается:

- загромождать проходы, коридоры, тамбуры мебелью, шкафами, оборудованием, различными материалами, а также забивать двери эвакуационных выходов;
- устраивать в тамбурах выходов сушилки одежды любой конструкции, вешалки для одежды и гардеробы, хранение (в том числе временное) любого инвентаря и материалов;

10.4. При эксплуатации электроустановок запрещается:

- использовать электроаппараты и приборы в условиях, не соответствующих рекомендациям (инструкциям) предприятий-изготовителей, или имеющие неисправности, могущие привести к пожару, а также эксплуатировать провода и кабели с поврежденной или потерявшей защитные свойства изоляцией;

- обертывать электролампы и светильники бумагой, тканью и другими горючими материалами, а также эксплуатировать их со снятыми колпаками - пользоваться поврежденными розетками, рубильниками, другими электроустановочными приборами (рассеивателями);

- пользоваться электроутюгами, электроплитами, электрочайниками и другими электронагревательными приборами;

- оставлять без присмотра включенные в сеть электрические приборы: телевизоры, радиоприемники и т.п.

10.5. Обязанности и действия работников при пожаре.

Работник при обнаружении пожара или признаков горения (задымление, запах гари, повышение температуры и т.п.) обязан:

- немедленно сообщить об этом работникам службы безопасности гимназии;

- немедленно эвакуировать учащихся согласно утвержденному плану эвакуации;

- принять меры по тушению пожара и сохранности материальных ценностей;

- в случае угрозы жизни людей немедленно организовать их спасение, используя для этого имеющиеся силы и средства;

- отключить электроприборы;

- прекратить работу в помещении;

- одновременно с тушением пожара организовать эвакуацию и защиту материальных ценностей.

11. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПОСТРАДАВШИМ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ.

11.1. Действия работающих при возникновении несчастного случая.

Правила оказания первой медицинской помощи необходимо знать всем работникам организации, так как правильно и своевременно оказанная доврачебная помощь имеет большое значение для выздоровления пострадавшего.

Неправильное или неумелое оказание первой медицинской помощи может явиться причиной осложнений, затягивающих выздоровление пострадавшего или даже ведущих к инвалидности, а в некоторых случаях (ранение с большей кровопотерей, поражение электрическим током, ожоги) может привести к смерти пострадавшего на месте травмирования.

При несчастном случае необходимо оказать пострадавшему первую медицинскую помощь и, в зависимости от состояния пострадавшего, немедленно сообщить о случившемся врачу гимназии, вызвать медицинскую помощь по телефону 03 и сообщить руководству.

11.2. При оказании первой медицинской помощи следовать правилам:

№ 1. Правила искусственного дыхания.

Искусственное дыхание необходимо только в том случае, если пострадавший не дышит или дышит очень плохо (редко, судорожно) или его дыхание постепенно ухудшается. Перед тем как начать процедуру, необходимо:

а) положить пострадавшего на твердую поверхность;

б) быстро освободить человека от стесняющей дыхание одежды – расстегнуть ворот, развязать шарф, расстегнуть брюки и т.д.; под плечи подложить валик из свернутой одежды;

в) также быстро освободить рот пострадавшего от посторонних предметов. Если рот крепко стиснут, то его следует раскрыть путем выдвижения нижней челюсти: четырьмя пальцами обеих рук, поставив за углы нижней челюсти, выдвинуть ее так, чтобы нижние зубы оказались впереди них. Если таким образом рот открыть не удастся, то следует между задними коренными зубами осторожно вставить крепкую тонкую дощечку, ручку ложки и т.п. и разжать зубы.

Во время проведения искусственного дыхания необходимо внимательно наблюдать за лицом пострадавшего. Если он пошевелит губами или веками или сделает глотательное движение гортанью, нужно проверить, не делает ли он самостоятельного вдоха. Как только он начнет дышать самостоятельно и равномерно, следует прекратить искусственное дыхание, иначе оно может помешать его собственному дыханию и причинить ему вред.

В настоящее время применяется искусственное дыхание «изо рта в рот» и «изо рта в нос».

Искусственное дыхание «изо рта в нос» следует проводить только в том случае, если при дыхании «изо рта в рот» желаемого расширения грудной клетки не наступило, и если челюсти пострадавшего остались плотно стиснутыми. Тогда оказывающий помощь рукой удерживает голову пострадавшего в запрокинутом положении, делает глубокий вдох и, охватив плотно губами через платок его нос, выдувает воздух. Можно поступить несколько иначе – воспользоваться трубкой из плотной резины: ввести ее конец в один из носовых ходов спасаемого, другой носовой ход закрыть пальцем и, взяв свободный конец трубки в рот, периодически вдвухать воздух.

№ 2. Правила непрямого массажа сердца.

Проводя непрямой массаж, необходимо пострадавшего положить спиной на жесткую поверхность и расстегнуть стесняющие тело пояс, воротник; потом встать с левой стороны от пострадавшего и положить ладонь руки на нижнюю треть груди; другая рука накладывается на тыльную поверхность первой для усиления давления. Затем периодически надо надавливать на грудину, перенося на руки усилия всего туловища человека, оказывающего помощь.

Степень сужения зрачков может служить наиболее строгим показателем эффективности оказываемой помощи. Узкие зрачки свидетельствуют о достаточном снабжении мозга кислородом, и наоборот, начинающееся их расширение указывает на ухудшение кровообращения и необходимость усиления мер по оживлению организма.

Дополнительный полезный прием – подъем ног пострадавшего на 0,5 м от пола и фиксирование их в этом положении в течение всего времени массажа сердца.

№ 3. Первая помощь при ушибах и ранениях.

Ушибы. Первая помощь при любом ушибе – полный покой. Для уменьшения боли и предотвращения подкожного кровоизлияния на область ушиба накладывают давящую повязку, а поверх ее «холод», например лед в полиэтиленовом мешочке или грелку с холодной водой. Особенно опасны травмы головы, следствием которых может быть сотрясение мозга. Для последнего случая характерны потеря сознания, рвота, исчезновение из памяти обстоятельств получения травмы. После оказания пострадавшему первой помощи его лечение должно проходить обязательно под контролем врача.

Раны и порезы. При работе с режущими и колющими инструментами учащиеся могут получить резаные, рваные, колотые и ушибленные раны. Наиболее опасны колотые раны, так как они зачастую проникают во внутренние органы. Опасность рваных и ушибленных ран в том, что они обычно сильно загрязняются. При всех видах ран в начале необходимо чистыми руками остановить или замедлить кровотечение: очистить вокруг раны поверхность кожи от грязи в направлении от краев наружу; обработать края раны йодной настойкой или «зеленкой», не допуская их попадания внутрь раны, на поврежденные ткани; остановить кровотечение с помощью 3%-ного раствора пероксида H_2O_2 («перекиси водорода») или водного раствора хлорида железа. Затем следует наложить на рану тампон и забинтовать ее. Если повязка намокает от крови, то поверх нее накладывают еще слой материала. После этого ученика отправляют к врачу.

Если ранение сопровождается сильным кровотечением, то выше раны накладывается резиновый жгут. Во избежание омертвления тканей нельзя задерживать кровообращение более чем на 2 часа, поэтому перед отправкой к врачу раненому дают или вкладывают в повязку записку с указанием времени наложения жгута.

№ 4. Первая помощь при обмороке, тепловом или солнечном ударе, отравлении оксидом углерода.

При обмороке (внезапном головокружении, тошноте, стеснении в груди, потемнении в глазах) больного надо уложить, приподняв его ноги, и дать ему нюхать нашатырный спирт; «холод» на голову не класть.

Тепловой или солнечный удар поражает человека в душную безветренную погоду или когда он находится в жарком помещении, на солнцепеке. При этом он чувствует внезапную слабость, головную боль, головокружение. Его нужно немедленно вывести на свежий воздух в прохладное место. При появившихся признаках недомогания надо без промедления уложить пострадавшего (в прохладном месте), раздеть его и охлаждать тело, лицо, грудь, обрызгивая холодной водой. При остановке дыхания или резком его расстройстве необходимо делать искусственное дыхание.

Отравление оксидом углерода (угарным, а также светильным газом) происходит в большинстве случаев из-за неправильного обращения с отопительными и светильными приборами. Угоревшего надо немедленно вывести на свежий воздух. Если можно, то следует срочно достать подушку с кислородом, чтобы он дышал кислородом.

Первая помощь при отравлении угарным газом оказывается так же, как при обмороке. При появлении рвоты нужно положить угоревшего набок или повернуть набок его голову. Если пострадавший дышит судорожно, редко или совсем не дышит, необходимо до прибытия врача делать искусственное дыхание.

Поскольку отравление сопровождается понижением температуры тела вследствие замедления в нем теплоты окислительных процессов, пострадавшему дают пить горячий чай и молоко, а на плечи набрасывают теплую одежду или закрывают одеялом.

№ 5. Освобождение пострадавшего от электрического тока.

Прикосновение к токоведущим деталям установок, находящимся под напряжением, в большинстве случаев вызывает судорожное сокращение мышц, которое может быть весьма опасным. Поэтому человеку, случайно попавшему под напряжение, надо немедленно, до прибытия врача, оказать первую помощь, предварительно освободив его от действия электрического тока. Для этого необходимо отключить цепь с помощью ближайшего выключателя (рубильника) или путем вывертывания пробок на щитке. В случае отдаленности выключателя от места происшествия можно перерезать провода или перерубить их (каждый провод в отдельности!) любым режущим инструментом, но с сухой рукояткой из изолирующего материала! Если рукоятка инструмента металлическая, нужно обернуть ее сухой шелковой, шерстяной или прорезиненной тканью.

Освобождая человека от электрического тока, необходимо учитывать следующее:

- при отключении установки может одновременно погаснуть электроосвещение, поэтому нужно тут же, не задерживая отключения установки, позаботиться о другом источнике освещения;

- если установку не удастся отключить достаточно быстро, надо отделить пострадавшего от токоведущих частей, к которым он прикасается. Для этого (при напряжении до 500 В) можно воспользоваться диэлектрическими материалами (пользоваться металлическими или мокрыми предметами недопустимо) или взяться за одежду пострадавшего, если она сухая и отстает от его тела (например, за полы пиджака). Оттаскивая пострадавшего за ноги, не следует касаться его обуви, так как она может быть сырой, а находящиеся в ней гвозди или крючки для шнуровки – проводники электрического тока;

- для лучшей изоляции надо надеть на руки диэлектрические галоши или накинуть на пострадавшего прорезиненную или сухую материю;

- отделяя пострадавшего от токоведущих деталей, следует действовать одной рукой.

После освобождения пострадавшего необходимо оказать ему помощь. Поскольку меры первой помощи зависят от его состояния, надо:

- немедленно уложить его на спину;
- проверить по подъему грудной клетки - дышит ли он;
- проверить наличие пульса (на лучевой артерии у запястья или на сонной артерии на шее);
- посмотреть состояние зрачка – узкий он или широкий (широкий неподвижный зрачок – признак отсутствия мозгового кровообращения).

Определение состояния пострадавшего нужно провести быстро, в течение 15–20 секунд. Если пострадавший в сознании, его нужно уложить на ровную поверхность (кушетку, диван, стол) и до прибытия врача обеспечить полный покой и наблюдение за пульсом и дыханием. Ни в коем случае нельзя позволять ему двигаться, поскольку отсутствие тяжелых симптомов сразу после поражения током не исключает возможности последующего ухудшения состояния.

При отсутствии признаков жизни (дыхания, сердцебиения, пульса) нельзя пострадавшего считать мертвым. В первые минуты после поражения безжизненное состояние может быть кажущимся; оно обратимо при оказании надлежащей помощи. Пострадавшему немедленно надо делать искусственное дыхание с одновременным массажем сердца, причем непрерывно и на месте происшествия (не перемещая человека) все время до прибытия врача.