

ПРИНЯТО:

На Педагогическом совете МАОУ
«Инженерно-экономический лицей».

Протокол № 1 от 31. августа 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Инженерно-
экономический лицей»

Ю.А. Ярышкина

Приказ № 52 от
«31» августа 2022 г.

Программа проведения вводного инструктажа по охране труда

Введение

Данная программа для проведения вводного инструктажа (программа вводного инструктажа) разработана в соответствии со статьей 212 Трудового Кодекса Российской Федерации, ГОСТ 12.0.004 - 90 «Организация обучения безопасности труда», Постановлением Министерства труда и социального развития Российской Федерации №1, приказа Минтруда от 29.10.2021 №776н «Об утверждении Примерного Положения о системе управления охраной труда», Постановление Правительства РФ от 24.12.2021 N 2464 "О порядке обучения по охране труда и проверки знания требований охраны труда", Приказ Минтруда России от 29.04.2022 N 279н "О внесении изменений в Правила по охране труда при эксплуатации электроустановок, утвержденные приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 15 декабря 2020 г. N 903н".

I. Общие сведения об учреждении. Политика и цели работодателя в области охраны труда.

1.1. Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Инженерно-экономический лицей», Государственная регистрация: 11.03.2022г.

Управление МАОУ "Инженерно-экономический лицей" осуществляется в соответствии с законодательством Российской Федерации и Уставом на основе сочетания принципов единоначалия и коллегиальности.

Единоличным исполнительным органом Учреждения является руководитель (директор) Учреждения.

МАОУ "Инженерно-экономический лицей" осуществляет реализацию образовательных программ по следующим уровням образования:

1. Начальное общее образование. Нормативный срок обучения: 4 года
2. Основное общее образование. Нормативный срок обучения: 5 лет
3. Среднее общее образование. Нормативный срок обучения: 2 года

4. Дополнительное образование.

Форма обучения: очная

Язык обучения: русский

Приказом Минтруда от 29.10.2021 №776н «Об утверждении Примерного Положения о системе управления охраной труда», определены цели:

- обеспечить сохранения жизни и здоровья работников в процессе их трудовой деятельности посредством профилактики несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний;

- снизить уровень воздействия (устранения воздействия) на работников вредных и (или) опасных производственных факторов;

- производить оценку и проводить мероприятия по снижению воздействия уровней профессиональных рисков, которым подвергаются работники.

Функционирование системы управления охраной труда (далее – СУОТ) осуществляется посредством соблюдения государственных нормативных требований охраны труда с учетом специфики деятельности, достижений современной науки и наилучшей практики, принятых на себя обязательств и на основе международных, межгосударственных и национальных стандартов, руководств, а также рекомендаций Международной организации труда по СУОТ и безопасности производства.

3.2. СУОТ состоит из разделов и подразделов:

а) политика в области охраны труда;

б) цели в области охраны труда;

в) обеспечение функционирования СУОТ (распределение обязанностей в сфере охраны труда между должностными лицами);

г) процедуры, направленные на достижение целей в области охраны труда (далее – процедуры), включая:

- планирование мероприятий по охране труда;

- выполнение мероприятий по охране труда;

- контроль планирования и выполнения мероприятий по охране труда, анализ по результатам контроля;

- формирование корректирующих действий по совершенствованию функционирования СУОТ;

- управление документами СУОТ;

- информирование работников и взаимодействие с ними;

- распределение обязанностей для обеспечения функционирования СУОТ.

д) основные процессы по охране труда, включая:

- специальную оценку условий труда (далее - СОУТ);

- оценку профессиональных рисков (далее - ОПР);

- проведение медицинских осмотров и освидетельствований работников;

- проведение обучения работников;

- обеспечение работников средствами индивидуальной защиты (далее - СИЗ);

- обеспечение безопасности работников при эксплуатации зданий и сооружений;

- обеспечение безопасности работников при эксплуатации оборудования;

- обеспечение безопасности работников при осуществлении технологических процессов;

- обеспечение безопасности работников при эксплуатации применяемых инструментов;

- обеспечение безопасности работников при применении сырья и материалов;
- обеспечение безопасности работников подрядных организаций;
- санитарно-бытовое обеспечение работников;
- выдача работникам молока или других равноценных пищевых продуктов;
- обеспечение работников лечебно-профилактическим питанием;
- обеспечение соответствующих режимов труда и отдыха работников в соответствии с трудовым законодательством и иными нормативными правовыми актами, содержащими нормы трудового права;
- обеспечение социального страхования работников;
- взаимодействие с государственными надзорными органами, органами исполнительной власти и профсоюзного контроля;
- реагирование на аварийные ситуации;
- реагирование на несчастные случаи;
- реагирование на профессиональные заболевания.

3.3. Основные цели в области охраны труда (далее – цели) содержатся в Политике по охране труда и достигаются путем реализации процедур, предусмотренных разделом V Положения о СОУТ и документами, формируемыми на этапе организации проведения процедур на достижение целей в области охраны труда.

При выборе целей в области охраны труда рекомендуется учитывать их характеристики, в т.ч.:

а) возможность измерения (если практически осуществимо) или оценки их достижения;

б) возможность учета: применимых норм; результатов оценки рисков; результатов консультаций с работниками и, при их наличии, представителями работников.

В учреждении производится предварительный анализ состояния охраны труда и обсуждение Политики по охране труда.

Политика по охране труда:

- направлена на сохранение жизни и здоровья работников, в процессе их трудовой деятельности;

- направлена на обеспечение безопасных условий труда, управление рисками производственного травматизма и профессиональной заболеваемости;

- соответствует специфике экономической деятельности и организации работ у работодателя, особенностям профессиональных рисков и возможностям управления охраной труда;

- отражает цели в области охраны труда;

- включает обязательства работодателя по устранению опасностей и снижению уровней профессиональных рисков на рабочих местах;

- включает обязательство работодателя совершенствовать СУОТ;

- учитывает мнение выборного органа первичной профсоюзной организации или иного уполномоченного работниками органа (при наличии).

Политика по охране труда доступна всем работникам учреждения, а также иным лицам, находящимся на территории, в зданиях и сооружениях организации.

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

При вводном инструктаже вновь поступающему работнику даются знания для сознательного отношения к выполнению правил и инструкций по охране труда и производственной санитарии, пожарной и электробезопасности и другие.

Каждый имеет право на труд в условиях, отвечающих требованиям безопасности и гигиены, на вознаграждение за труд без какой бы то ни было дискриминации и не ниже установленного федеральным законом минимального размера оплаты труда, а также право на защиту от безработицы (п. 3, ст. 37 Конституция РФ).

Охрана и укрепление здоровья людей - дело первостепенной важности. Проблемы здоровья должны рассматривать с широких социальных позиций. Оно определяется, прежде всего, условиями труда и быта, условием благосостояния.

Основы законодательства об охране труда устанавливают гарантии осуществления права трудящихся на охрану труда и обеспечивают единый порядок регулирования отношений в области охраны труда между работодателями и работниками организаций, в учреждениях и организациях всех форм собственности независимо от сферы хозяйственной деятельности и ведомственной подчиненности и направлены на создание условий труда, отвечающих требованиям сохранения жизни и здоровья работников в процессе трудовой деятельности и связи с ней.

Руководство Лицея поощряет, принимает на себя, признает и утверждает Политику в области охраны труда как неотъемлемую часть корпоративной политики управления. Считает повышение уровня безопасности труда для жизни и здоровья работников одним из важнейших элементов в развитии нормальной деятельности организации на всех уровнях компании.

Руководство Лицея обязуется соблюдать действующее законодательство, а также другие обязательства, добровольно принятые на себя компанией.

Корпоративная культура Лицея основывается на командной работе, открытом общении и высоких стандартах.

Самым ценным ресурсом образовательного учреждения являются ее специалисты. Развитие учреждения основывается на непрерывном улучшении условий труда.

Руководство считает недопустимым выполнение каких-либо работ, которые ставят на первое место любые другие аспекты, отодвигая на второе место поддержание безопасных для здоровья и жизни работников условий труда.

Обучение, повышение уровня информированности и участие работников Лицея в управлении охраной труда - ключевые элементы достижения целей, определенных в планировании профилактических мероприятий.

Работники ознакомлены и принимают на себя обязанность в своей работе поддерживать безопасные для здоровья и жизни условия труда. Они принимают активное участие в применении и поддержании установленных мер безопасности.

II. Общие правила поведения работающих на территории учреждения в учебных(основных) и вспомогательных помещениях. Источники опасности, действующие на всех работников, находящихся на территории учреждения.

Работник должен строго выполнять требования предупреждающих надписей, знаков.

Находясь на территории Лицея необходимо:

- передвигаться только по тротуарам, мосткам, настилам, пешеходным дорожкам кратчайшим и безопасным путем;
- в случаях, когда возникает необходимость пройти по проезжей части дороги, идти по левой стороне навстречу движущемуся транспорту;
- соблюдать осторожность на перекрестках дорог, переходить проезжую часть дороги только в указанных местах и не перебегать дорогу перед движущимся транспортом;
- выполнять требования дорожных знаков для пешеходов, а также запрещающих и предупреждающих надписей, плакатов, световых сигналов, быть внимательным к сигналам водителей транспортных средств;
- передвигаясь по стройплощадке или объекту, смотреть под ноги, чтобы не попасть в выбоину, пролом в настиле, сквозное отверстие в перекрытии, не споткнуться о камень и другие предметы, которые могут быть на дороге;
- особую осторожность следует соблюдать в зимнее время, при гололедице, а также в распутицу, когда дороги становятся скользкими;
- места, где на высоте ведутся работы, обходить на безопасном расстоянии;
- рабочее место необходимо содержать в чистоте в течение всего рабочего времени, на рабочем месте не должно быть ничего лишнего, мешающего работе;
- соблюдать противопожарный режим.

Запрещается:

- появляться на территории учреждения в нетрезвом виде, в состоянии наркотического или токсического опьянения; употреблять спиртные напитки, принимать наркотические или токсические вещества;
- находясь вблизи рабочего места электросварщика, смотреть на сварочную дугу;
- заходить за ограждения опасных зон;
- находиться или проходить под поднятым грузом;
- курить на территории (только в специально оборудованных местах);
- подходить с открытым огнем к газовым баллонам, легковоспламеняющимся жидкостям, к местам окраски;
- производить работы с огнеопасными и легковоспламеняющимися материалами вблизи места выполнения газосварочных операций;
- включать, останавливать (кроме аварийных случаев) и работать на оборудовании, механизмах и т.п., работа на которых не поручена вам руководителем;
- снимать ограждения (защиту) с работающего оборудования;
- прикасаться к открытым токоведущим частям электрооборудования, клеммам, проводам, к арматуре общего освещения, наступать на переносные электропровода, кабели, лежащие на полу, открывать двери электрошкафов и электрощитов.

Приказ Минтруда России от 12.05.2022 N 291н "Об утверждении перечня вредных производственных факторов на рабочих местах с вредными условиями труда, установленными по результатам специальной оценки условий труда, при наличии которых занятым на таких рабочих местах работникам выдаются бесплатно по установленным нормам молоко или другие равноценные пищевые продукты, норм и условий бесплатной выдачи молока или других равноценных пищевых продуктов, порядка осуществления компенсационной выплаты, в размере, эквивалентном стоимости молока или других равноценных пищевых продуктов".

Основные требования по предупреждению электротравматизма:

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

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

При прикосновении к токоведущим частям оборудования или оголенным проводам, находящимся под напряжением, человек может получить электротравму (частичное поражение организма) или электрический удар (поражение организма в целом при параличе дыхания или сердца, или того и другого одновременно при параличе нервной системы, мышц грудной клетки и желудочков сердца).

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

Во избежание поражения электрическим током необходимо соблюдать следующие правила:

- не прикасаться к арматуре общего освещения, электрическим проводам, к неизолированным и не огражденным токоведущим частям электрических устройств, аппаратов и приборов (розеток, патронов, переключателей, рубильников, предохранителей и др.);

- в случае обнаружения нарушения изоляции электропроводок, открытых токоведущих частей электрооборудования или нарушения заземления оборудования немедленно сообщить об этом непосредственному руководителю;

- не наступать на переносные электрические провода, лежащие на полу;

- не снимать ограждения и защитные кожухи с токоведущих частей оборудования, аппаратов и приборов, не открывать двери электрораспределительных шкафов (щитов), не класть в них никаких предметов;

- не использовать в рабочих помещениях переносные электронагревательные приборы (электрочайники, электрокипятильники, электроплитки и т. д.);

- не производить самому ремонт электрооборудования, аппаратов, приборов, светильников, замену электроламп и электрозащиты (плавких предохранителей), чистку электросветильников. Эти работы должны выполнять только специалисты – электрики (техники-электрики);

- при перерыве в подаче электроэнергии и уходе с рабочего места, хотя и на короткое время, обязательно выключить оборудование (механизм), на котором выполнялась порученная работа.

Обеспечение электробезопасности:

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

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

- защитное заземление, зануление;

- малое напряжение;

- электрическое разделение сетей;

- защитное отключение;

- изоляция токоведущих частей;

- оградительные устройства;

- предупредительная сигнализация;

- изолирующие защитные и предохранительные приспособления.

Средства защиты от поражения электрическим током.

Работники, работающие с электроустановками, должны пользоваться электротехническими средствами. По назначению электротехнические средства подразделяются на изолирующие (диэлектрические перчатки, боты, галоши, ковры, инструменты с изолирующими ручками), ограждающие (переносные ограждения, заземления и др.) и предохранительные (пояса, защитные очки и др.).

Пожарная безопасность, способы и средства предотвращения пожаров и действия персонала при их возникновении обеспечивается применением средств пожаротушения, автоматических установок пожарной сигнализации, организацией своевременной эвакуации людей и т.д.

Каждый работник предприятия должен:

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

- усвоить, где находятся первичные средства пожаротушения, какие подручные средства можно применять при тушении пожара, а также расположение аварийных (запасных) выходов;

- курить только в специально отведенных и оборудованных местах;

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

- уходя последним из рабочего помещения, необходимо выключить электросеть, за исключением дежурного освещения;

- обо всех замеченных нарушениях пожарной безопасности сообщать непосредственному руководителю;

- при возникновении пожара немедленно приступить к его тушению имеющимися средствами, сообщить по телефону 101 в пожарную команду и руководству Предприятия (порядок действий определить самому в зависимости от степени угрозы).

На территории предприятия работнику запрещается:

- загромождать и закрывать проходы к пожарному инвентарю, оборудованию и пожарному крану;

- бросать на пол и оставлять неубранными в рабочих помещениях бумагу и др.;

- забивать металлические гвозди между электропроводами, подключать к электросети непредусмотренные нагрузки, заменять перегоревшие предохранители кусками проволоки - "жучками";

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

III. Расположение основных служб, вспомогательных помещений. Средства обеспечения санитарии и личной гигиены.

3.1. Образовательное пространство, организованное для детей в нашем образовательном учреждении стал мощным стимулом их обучения и воспитания: современная материально-техническая база, оснащенные специализированным оборудованием лаборатории химии, биологии и физики, оборудование для занятий робототехникой.

Лучший вид отдыха от упорного учебного труда - спорт: школа оснащена тремя спортивными залами, бассейном, тиром, площадками для спортивных игр. Вне всяких сомнений наш лицей станет единым научным, культурным и спортивным центром не только микрорайона, но и города в целом!

В учреждении коллегиальные органы управления, которыми являются Совет лицея, Педагогический совет, Общее собрание работников.

Структурно в состав Лицея входят:

1. Руководители учреждения.
2. Основной персонал учреждения.
3. Учебно-воспитательный персонал.
4. Обслуживающий персонал.

Материально-техническое обеспечение образовательной организации – одно из важнейших условий реализации основной образовательной программы, создающее современную предметно-образовательную среду обучения в соответствии с целями, устанавливаемыми ФГОС НОО, ФГОС ООО, федеральному компоненту ГОС среднего общего образования. Материально - технические условия основной образовательной программы включают учебное и учебно-наглядное оборудование, оснащение учебных кабинетов и административных помещений. Учреждение имеет хорошую материально-техническую базу: учебные и специализированные помещения оснащены современным оборудованием, наглядными пособиями в соответствии с требованиями СанПиН, ФГОС общего образования и ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ. Здание лицея и его состояние материально-технической базы соответствует санитарно - эпидемиологическим правилам и нормам СанПин 2.4.2.2821- 10 "Санитарно - эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях"; нормам пожарной безопасности.

Средства обучения - это различные объекты, используемые учителем и обучающимися, в том числе инвалидами и лицами с ОВЗ, в процессе обучения: печатные, аудиовизуальные, демонстрационные, электронные образовательные ресурсы, учебные приборы, спортивное оборудование и другие.

Средства воспитания - это совокупность приемов воспитания, которые используются в воспитательной деятельности для решения конкретных воспитательных задач: художественная литература, научно-популярные издания, телевидение, театр, журналы, игры, спорт и другие. Отдельные средства воспитания применимы для инвалидов и лиц с ОВЗ. Средства обучения и воспитания соответствуют Приказу Министерства просвещения Российской Федерации от 23.08.2021 № 590 "Об утверждении перечня средств обучения и воспитания, соответствующих современным условиям обучения, необходимых при оснащении общеобразовательных организаций в целях реализации мероприятий, предусмотренных подпунктом "г" пункта 5 приложения № 3 к государственной программе Российской Федерации "Развитие образования" и подпунктом "б" пункта 8 приложения № 27 к государственной программе Российской Федерации "Развитие образования", критериев его формирования

ния и требований к функциональному оснащению общеобразовательных организаций, а также определении норматива стоимости оснащения одного места обучающегося указанными средствами обучения и воспитания".

Условия охраны труда обучающихся

Учебный процесс реализуется в соответствии с Санитарно – эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.2.2821- 10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (с изменениями и дополнениями);

В учреждении имеется доступ к сети Интернет, локально-вычислительная сеть (кабинет информатики, предметные кабинеты).

Учреждение использует следующие информационные системы:

- информационно-контентные системы;
- автоматизированные системы управления;
- системы тестирования.

Гигиена как наука представляет собой очень широкое понятие, охватывающее практически все стороны жизни людей. Слово «гигиена» произошло от греческого *hygienos*, что означает «*приносящий здоровье*». Определений Гигиене очень много, но, пожалуй, все они означают одно:

гигиена – это наука об улучшении и сохранении здоровья человека.

Гигиена включает в себя множество разделов, таких как: гигиена питания, гигиена детей и подростков, гигиена труда, спортивная гигиена, личная гигиена, коммунальная гигиена, гигиена окружающей среды, военная гигиена и т.д. Так как тематика сайта полностью входит в понятие «Гигиена», то для простоты понимания в данном разделе сайта мы охватим лишь тему Личной гигиены.

Личная гигиена – свод правил поведения человека в быту и на производстве. В узком понимании гигиена – это гигиеническое содержание тела, одежды и предметов домашнего обихода. Нарушения требований личной гигиены могут сказаться на здоровье как одного человека, так и очень больших групп людей (коллективы предприятий, семьи, члены различных сообществ и даже жители целых регионов).

Правила личной гигиены

1. Гигиена тела. Кожа человека защищает весь организм от всевозможных воздействий окружающей среды. Соблюдение чистоты кожи чрезвычайно важно, ведь кроме защитной функции, она выполняет следующие функции: терморегулирующую, обменную, иммунную, секреторную, рецепторную, дыхательную и другие функции.

Мойтесь ежедневно теплой водой. Температура воды должна быть 37-38 градусов, т.е. немного выше нормальной температуры тела. Через кожный покров человека за неделю выделяется до 300 г сала и до 7 литров пота. Чтобы защитные свойства кожи не нарушались необходимо эти выделения регулярно смывать. В противном случае на коже создаются благоприятные условия для размножения болезнетворных микробов, грибков и других вредных микроорганизмов.

Принимать водные процедуры (ванна, душ, баня) с применением мочалки необходимо не реже одного раза в неделю.

Следите за чистотой рук и ногтей. Открытые участки кожи особенно подвержены загрязнению. Грязь, содержащая болезнетворные микробы может попасть с рук в рот через пищу. Дизентерию, например, называют болезнью грязных рук. Руки нужно мыть до посещения туалета и обязательно после туалета, перед едой и после

приема пищи, после контакта с животными (как уличными, так и домашними). Если Вы находитесь в дороге, то руки необходимо протереть влажной салфеткой, чтобы устранить хоть некоторое количество микробов.

Ноги нужно мыть каждый день прохладной водой и мылом. Холодная вода уменьшает потовыделение.

2. Гигиена волос. Правильный уход за кожей головы и волос нормализует деятельность сальных желез, а также улучшает кровообращение и обменные процессы. Поэтому к процедуре мытья головы необходимо относиться ответственно.

Голову необходимо мыть по мере загрязнения. Сказать точное количество раз невозможно. Частота мытья волос зависит от различных факторов: длины волос, типа волос и кожи головы, характера работы, времени года и т.д. Зимой, как правило, голову моют чаще, потому что головной убор не дает коже головы дышать, из-за чего кожного сала выделяется гораздо больше чем обычно.

Не стоит мыть волосы горячей водой. Волосы могут стать очень жирными, так как горячая вода активизирует работу сальных желез. Кроме этого, такая вода помогает моющим средствам (мылам и шампуням) оседать на волосах в виде серого налета, который сложно смывать.

Тщательно относитесь к выбору средств по уходу за волосами (шампуни, бальзамы, лосьоны и т.п.). Волосы очень хорошо впитывают воду, а с ней и вещества, которые могут навредить волосам, коже головы и организму в целом.

После полоскания волосы полезно обдать прохладной водой.

Вытирать голову после мытья желательно теплым полотенцем, а затем дать волосам просохнуть на воздухе. Феном пользоваться нежелательно, поскольку он очень сушит волосы.

При расчесывании волос недопустимо использование чужих расчесок.

3. Гигиена полости рта. Правильный уход за ротовой полостью способствует сохранению зубов в хорошем состоянии на долгие годы, а также помогает предупредить очень многие заболевания внутренних органов.

Чистить зубы необходимо ежедневно утром и вечером.

Недопустимо пользоваться зубной щеткой другого человека.

После приема пищи обязательно полощите рот.

При появлении первых признаков заболевания зубов или десен незамедлительно обращайтесь к стоматологу.

Для профилактического осмотра посещайте стоматолога не реже двух раз в год.

4. Гигиена нательного белья и одежды и обуви. Немаловажную роль в личной гигиене занимает чистота нашей одежды. Одежда защищает тело человека от загрязнений, механических и химических повреждений, охлаждения, попадания насекомых и так далее.

Нательное белье необходимо менять после каждого мытья, т.е. каждый день.

Носки, гольфы, чулки, колготки меняются ежедневно.

Одежду необходимо регулярно стирать.

Недопустимо ношение чужой одежды и обуви

Одежда и обувь должны соответствовать климатическим условиям.

Желательно отдавать предпочтение одежде из натуральных тканей, и обуви из натуральных материалов.

Покрой одежды и обуви должен учитывать анатомические особенности и соответствовать размеру человека.

Более подробную информацию читайте в статье «Гигиена одежды».

5. *Гигиена спального места.* У каждого члена семьи должны быть свое полотенце и своя постель.

Постельное белье необходимо менять еженедельно.

Спальное место должно быть удобным.

Перед сном необходимо проветривать спальное помещение.

Перед сном нательное белье рекомендуется менять на ночную сорочку или пижаму.

Старайтесь не допускать на постель домашних животных.

На протяжении занятия - показываются средства обеспечения производственной санитарии и личной гигиены.

IV. Обстоятельства и причины отдельных характерных несчастных случаев, аварий, пожаров, происшедших в образовательных учреждениях из-за нарушения требований охраны труда

Причиной несчастных случаев, пожаров и происшествий в учреждении являются элементарные несоблюдения инструкций по охране труда, правил пожарной безопасности, нарушение трудовой дисциплины, правил внутреннего трудового распорядка и т. д.

Основной причиной несчастных случаев является низкая образованность в области охраны труда. Вот почему каждый рабочий организации должен ежедневно совершенствовать свои знания по охране труда, технике безопасности, пожарной безопасности. Невыполнение правил по охране труда, технике безопасности, пожарной безопасности рано или поздно приведет к несчастным случаям.

Основными видами несчастных случаев являются:

- падение с высоты;
- воздействие движущихся, разлетающихся, вращающихся предметов, деталей, машин и механизмов;
- ДТП;
- падение, обрушение, обвалы предметов, материалов (каждый восьмой случай).

Среди причин, приводящих к наступлению несчастного случая, принято называть:

7.1.1 Организационные причины производственного травматизма:

1. Недостаток профессиональной подготовки;
2. Недостаток обучения безопасным приемам труда;
3. Несовершенство технологического процесса;
4. Нарушение технологического процесса;
5. Неиспользование СИЗ;
6. Необеспеченность СИЗ;
7. Состояние алкогольного опьянения;
8. Нарушение ПДД;
9. Неудовлетворительное содержание и организация рабочих мест;
10. Недостаточный контроль за проведением работ;
11. Нарушение требований ОТ и трудовой дисциплины.

7.1.2 Технические причины производственного травматизма:

1. Недостаточная надежность машин и механизмов;
2. Конструктивные недостатки машин и механизмов, несоблюдение сроков планово-предупредительных ремонтов;
3. Эксплуатация неисправного оборудования;
4. Неправильная эксплуатация оборудования и инструментов;
5. Неудовлетворительное содержание зданий, сооружений, территорий.

Более 75 % несчастных случаев вызваны причинами организационного характера и так называемым «человеческим фактором».

Не один человек находясь в здравом уме, не нанесет сам себе травму. Однако постоянно сталкиваемся с несчастными случаями, основной причиной которых является нарушение правил безопасности.

Если попытаться разобраться в поведении людей, допустивших нарушение правил охраны труда, повлекших за собой несчастный случай, то мы увидим не очень большое количество причин приведших к игнорированию правил безопасности.

Усталость

Усталость ведет к потере внимания и концентрации. Кроме того, уставший человек невольно пытается закончить порученную ему работу как можно быстрее, что в умножении на нашу привычку работать в режиме аврала, приводит к плачевным последствиям.

В последнее время устойчиво проявляется тенденция к переработкам. Здесь свою заинтересованность проявляют не только работодатели, но и работники. Не редки случаи, когда водители находятся за рулем по 16 часов в попытке заработать больше денег, совершая дополнительные рейсы, подвергая опасности не только свою жизнь, но и жизни других участников движения.

Способствуют чрезмерному утомлению работников и неправильно организованные условия труда на рабочем месте. Недостаток освещенности, повышенный уровень шума, плохая эргономика рабочего места, высокий уровень ответственности и другие подобные факторы могут привести к тому, что неоправданная усталость будет проявляться у работников и в результате работы с нормальной продолжительностью рабочего времени.

V. Действия работников при возникновении возможных аварийных ситуаций. Виды сигнализаций и звуковых оповещений при возникновении аварийных ситуаций.

Алгоритм действий учителя, работника при возникновении (угрозе возникновения) чрезвычайной ситуации в здании школы:

1. Немедленно сообщить о возникновении (угрозе возникновения) чрезвычайной ситуации администрации школы.
2. Организовать экстренную эвакуацию учащихся из здания школы, согласно схемы эвакуации. Учитель, во время всей эвакуации, находится с учащимися.
3. При завершении эвакуации проверить наличие учащихся. О результатах проверки доложить администрации школы.
4. Обеспечить порядок на месте расположения учащихся и их безопасность.
5. Действовать согласно распоряжений администрации школы.

6. При получении сообщения об угрозе теракта по телефону, ни в коем случае не класть телефонную трубку на аппарат. Сообщить о звонке по телефонам 101, 102.

Общие правила поведения при угрозе ЧС:

1. Действия работника, учителя при авариях, катастрофах и стихийных бедствиях должны основываться на инструкциях памятках, разработанных службами ГО и ЧС в соответствии с местными условиями.

2. В коридорах на видном месте находиться план эвакуации из конкретного помещения. Если по плану эвакуации предусмотрено использование запасного выхода, то он должен быть свободен, не загроможден разными предметами. Если дверь запасного выхода по условиям охраны здания запирается на замок, то в плане эвакуации необходимо указать, где находится ключ от запасного выхода.

3. В коридорах находятся средства пожаротушения - огнетушители;

4. Иметься радиоточка, радиосеть, по которой в случае чрезвычайных ситуаций будут передаваться сообщения, оповещения, предупреждения или указания учителям о необходимых действиях.

5. Работникам ни в коем случае нельзя терять самообладания, паниковать самому и не допускать паники среди учащихся. Покидать помещение при возникшей чрезвычайной ситуации можно только в организованном порядке. Учителю нужно помнить, что паника обычно создает толчею, давку, причем эвакуация значительно затрудняется, увеличивается угроза жизни учащихся.

6. Для слаженности и умелого выполнения мероприятий при чрезвычайной ситуации, периодически проводятся учения определенной направленности с эвакуацией из здания.

7. Чтобы аварии не были неожиданностью, всем необходимо знать, какие предприятия находятся вблизи образовательного учреждения и каковы могут быть аварии (взрывы, выбросы ядовитых газов, пожары с выделением токсических веществ и т.д.). Нужно всегда помнить о том, что многие предприятия находятся в настоящее время в предаварийном состоянии из-за сильной изношенности основного оборудования и очистных систем (Мясокомбинат). В связи с этим могут быть залповые выбросы в атмосферу или в систему стоков вредных и опасных для жизни веществ;

8. Необходимо также знать свои действия после эвакуации из здания и местонахождение безопасных укрытий. Обычно при крупномасштабных ЧС местные службы ГО и ЧС оповещают население и сообщают, какие действия необходимо предпринимать. На эти оповещения и сообщения учителю необходимо ориентироваться.

Надо помнить о том, что эвакуация в безопасное место образовательных учреждений, их учащихся и персонала производится в первую очередь.

В настоящее время в образовательных учреждениях участились случаи пожаров с трагическими последствиями, поэтому нужно быть предельно внимательным и осторожным в обращении с электроприборами, не перегружать электросеть включением нескольких электроприборов большой мощности.

В обязательном порядке периодически необходимо приглашать в образовательные учреждения специалистов ГО и ЧС для ознакомления учителей и персонала со складывающейся обстановкой в районе нахождения этого учреждения.

Действия персонала и администрации: при попытке незаконного проникновения на объект; при пожаре, стихийном бедствии; при попытке совершения (совершении) террористического акта.

При возникновении нештатной (аварийной) ситуации:

Установить максимально точно характер нештатной (аварийной) ситуации, возможные ее последствия.

1. Немедленно поставить в известность руководителя, диспетчера соответствующей аварийной службы, с указанием:

- точного адреса и наиболее коротком пути следования к учреждению;
- полное наименование учреждения, с указанием точного расположения места аварии;

- характер и возможные последствия происшедшего

2. Произвести запись в дежурный журнал о происшествии и предпринятых действиях с указанием:

- точного времени возникновения нештатной (аварийной) ситуации в системе жизнеобеспечения учреждения,
- времени и указанием номера телефона, точных данных дежурного диспетчера вызываемой службы,
- принятых мерах администрацией учреждения по ликвидации последствий,
- времени прибытия представителей спасательных и аварийных служб, с указанием фамилии старшего команды, общим количеством аварийных или спасательных команд, времени убытия и т.д.

- точного времени окончания работ по ликвидации последствий нештатной (аварийной) ситуации в системе жизнеобеспечения учреждения, нанесенном ущербе.

- времени доклада в УО об окончании работ по ликвидации последствий нештатной (аварийной) ситуации в системе жизнеобеспечения учреждения, нанесенном ущербе.

3. Постоянно поддерживать связь с учреждениями, аварийными службами и ответственным дежурным по управлению образования до полной ликвидации последствий или происшествия.

4. Принять меры к ликвидации последствий нештатной (аварийной) ситуации в системе жизнеобеспечения учреждения имеющими средствами и силами, согласно утвержденной Инструкции и плана работы в нештатной (аварийной) ситуации в системе жизнеобеспечения учреждения.

Ураган. Алгоритм действий людей в помещении при внезапном возникновении урагана.

Для обучающихся

1. Отойти от окон, заняв места на партах возле стены или встав в нишах стен. Можно перейти в глухие коридоры.

2. По окончании уроков, если ураган не стихает, старшеклассникам передвигаться домой группами, держась подальше от деревьев, рекламных щитов, линий электропередач. Обучающихся младших и средних классов вывозить на транспорте в сопровождении учителя или родителей. Одних детей не отпускать!

3. Если буря закончилась, соблюдайте меры предосторожности при возвращении домой. Не дотрагивайтесь до оборванных проводов.

Для учителей

1. Во время урагана соберите детей в безопасном месте, подальше от окон.
2. Не допускайте, чтобы дети самостоятельно покидали школу.
3. С обучающимися проведите инструктаж по правилам поведения во время урагана.
4. Обучающихся старших классов отпускать домой по месту проживания группами.
5. Обучающихся младших и средних классов доставлять домой на транспорте в сопровождении родителей или учителей.

Алгоритм действий при ЧС техногенного характера. Пожары:

Для обучающихся

1. При получении сигнала оповещения при пожаре организованно выйти из школы, взяв необходимые вещи и одежду.
2. Не допускать паники и столпотворений на лестничных пролётах.
3. При сильном задымлении помещения закрыть дыхательные пути (рот, нос) плотно свёрнутыми предметами одежды (шарф, шапка, кофта, пиджак и т. д.) и, пригнувшись, бежать к выходу из школы.
4. Выйти из школы по безопасным путям, указанным администрацией школы.
5. При невозможности забрать верхнюю одежду из гардероба покидать школу без неё.
6. По выходу из школы в тёплое время построиться для переключки, в холодное и зимнее время укрыться в подъездах близлежащих домов, в детских садах.

Для учителей

1. При получении сигнала оповещения о пожаре в школе немедленно организовать детей для эвакуации из здания школы.
2. Взять классный журнал и вместе с детьми покинуть по безопасным выходам здание школы.
3. В тёплое время года эвакуироваться без верхней одежды в безопасное место, подальше от горящего здания, сделать переключку.
4. В холодное время и зимой надеть верхнюю одежду, а при сильном задымлении взять одежду с собой либо покинуть помещение без одежды и укрыться в подъездах близлежащих домов, детских садах.
5. Во время передвижения пресекать возможные столпотворения и панику.
6. После эвакуации из здания школы в зимнее время найти детей, которые укрылись в ближайших зданиях, и сделать переключку.
7. В горящее здание школы не возвращаться. Это очень опасно!

Мероприятия по эвакуации из помещений УО при ЧС.

1. Эвакуация производится по сигналу, подаваемому звонковой сигнализацией: короткие прерывистые звонки - пауза 10 сек. - короткие прерывистые звонки - пауза 10 сек. (будет повторяться 4-5 раз). Дублирующий сигнал голосом: «Внимание всем! Покинуть здание школы!»
2. Эвакуируются все обучающиеся, в том числе находящиеся на экзаменах и все сотрудники.

3. Преподавателям в начале занятий, после проверки по классному журналу присутствующих и отсутствующих, доводить до сведения обучающихся номер запасного выхода, через который производится эвакуация из данного класса (кабинета).

4. Преподаватель руководит эвакуацией: осуществляет организованный проход обучающихся в колонне по 2 через соответствующий выход.

5. Эвакуация должна происходить организованно: без разговоров, без шума, суеты и без шалостей, строго и серьезно. Команды подает и делает замечания только руководитель занятия (преподаватель).

6. При эвакуации обучающиеся следуют к месту построения (например, сквер напротив здания учреждения), строятся по группам в колонну по 3, в заранее определенной последовательности.

7. После проверки по журналу наличия обучающихся преподаватель докладывает начальнику штаба ГО учреждения о списочном составе группы, количестве в строю, об отсутствующих и причинах отсутствия.

8. Начальник штаба ГО докладывает директору учреждения - начальнику ГО объекта о результатах эвакуации.

9. У каждого из выходов контроль организованности эвакуации осуществляют заместители директора учреждения - должностные лица ГО и ЧС.

10. Заведующему хозяйству - обеспечить готовность запасных выходов из здания учреждения.

Инструкция о пропускном и внутри объектовом режиме УО.

1. Пропускать в здание УО сотрудников только по документу, удостоверяющему личность.

2. Пропускать в здание УО родителей воспитанников по спискам, предоставленным администрацией и документу, удостоверяющему личность.

3. При пропуске на территорию УО автотранспортных средств, проверять соответствующие документы и характер ввозимых грузов.

4. Особое внимание уделять проверке документов и цели прибытия лиц из других организаций, посещающих УО по служебным делам, делать соответствующие записи к книге регистрации посетителей.

5. Ограничить пропуск в здание УО родственников и знакомых воспитанников, пропускать только по разрешению руководителя УО, делать соответствующие записи к книге регистрации посетителей.

6. Держать входные двери здания УО для входов и выхода во время массового прибытия сотрудников и детей на работу и занятия и убытия их после окончания работы и занятий открытыми.

7. В остальное время суток входные двери должны находиться в запортом состоянии и открываться охранником по звонку прибывшего.

8. После окончания рабочего дня регулярно обходить и проверять внутренние помещения УО и каждые два часа обходить территорию УО.

9. Обращать внимание на посторонние и подозрительные предметы.

10. Обо всех обнаруженных нарушениях немедленно докладывать руководителю учреждения.

VI. Первая помощь пострадавшим

Первая помощь - комплекс срочных простейших мероприятий по спасению жизни человека. Цель ее - устранить явления, угрожающие жизни, а также предупредить дальнейшие повреждения и возможные осложнения.

Согласно ст. 31 ФЗ РФ от 21.11.2011 №323 «об основах охраны здоровья граждан» каждый человек в России вправе оказать первую помощь пострадавшему в случае экстренной ситуации при наличии у него специальной подготовки и (или) навыков. Кроме того, статьи «крайняя необходимость» Уголовного, административного и Гражданского кодексов защищают человека, оказавшего первую помощь, даже если пострадавший умер или ему в процессе оказания первой помощи был нанесен неумышленный вред. В соответствии с Приказом минздравсоцразвития от 4 мая 2012 г. № 477н «об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» существует всего 8 неотложных состояний и 11 мероприятий по спасению жизни, освоить которые сможет любой человек.

Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь:

- 1 Отсутствие сознания.
- 2 Остановка дыхания и кровообращения.
- 3 Наружные кровотечения.
- 4 Инородные тела верхних дыхательных путей.
- 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 транспортного средства или других труднодоступных мест;
 - 7) перемещение пострадавшего.
- 2 Вызов скорой медицинской помощи, других специальных служб, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом.
- 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;
- 2) проведение осмотра шеи;
- 3) проведение осмотра груди;
- 4) проведение осмотра спины;
- 5) проведение осмотра живота и таза;
- 6) проведение осмотра конечностей;
- 7) наложение повязок при травмах различных областей тела, в том числе окклюзионной (герметизирующей) при ранении грудной клетки;
- 8) проведение иммобилизации (с помощью подручных средств, аутоиммобилизация, с использованием изделий медицинского назначения);
- 9) фиксация шейного отдела позвоночника (вручную, подручными средствами, с использованием изделий медицинского назначения);
- 10) прекращение воздействия опасных химических веществ на пострадавшего (промывание желудка путем приема воды и вызывания рвоты, удаление с поврежденной поверхности и промывание поврежденной поверхности проточной водой);
- 11) местное охлаждение при травмах, термических ожогах и иных воздействиях высоких температур или теплового излучения;
- 12) термоизоляция при отморожениях и других эффектах воздействия низких температур.

9 Придание пострадавшему оптимального положения тела.

10 Контроль состояния пострадавшего (сознание, дыхание, кровообращение) и оказание психологической поддержки.

11 Передача пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи, другим специальным службам, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом.

Последовательность при оказании первой помощи пострадавшим при несчастном случае:

- устранить воздействие на организм повреждающих факторов, угрожающих здоровью и жизни пострадавшего (освободить от действия электрического тока, вынести из зараженной атмосферы, погасить горящую одежду, извлечь из воды и т.д.), оценить состояние пострадавшего;
- определить характер и тяжесть травмы, наибольшую угрозу для жизни пострадавшего и последовательность мероприятий по его спасению;
- выполнить необходимые мероприятия по спасению пострадавшего в порядке срочности (восстановить проходимость дыхательных путей, провести искусственное дыхание, наружный массаж сердца; остановить кровотечение; иммобилизовать место перелома; наложить повязку и т.п.);
- поддержать основные жизненные функции пострадавшего до прибытия медицинского работника;
- вызвать скорую медицинскую помощь или врача либо принять меры для транспортировки пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

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

Помощь при поражении электрическим током.

Необходимо как можно быстрее освободить пострадавшего от контакта с токонесущими предметами. Наиболее верный и простой способ - отключение электросети при помощи рубильника, выключателя путем разъема штепсельного соединения или вывертывания предохранителей. Если этими приемами отключить электропитание невозможно, следует перерубить провода (каждый отдельно) топором или другим предметом с изолирующей ручкой.

Человек, оказывающий помощь, не должен касаться ни токоведущих частей, ни пострадавшего, находящегося в контакте с этими частями. Это правило нужно соблюдать всегда, независимо от того, отключены или нет токоведущие части.

В том случае если невозможно отключить электроток перечисленными способами, пострадавшего следует отделить от токоведущих предметов путем оттягивания за одежду или любую часть тела, обязательно надев при этом диэлектрические перчатки и галоши. Провод, упавший на человека, можно отбросить сухой палкой, доской или другим предметом, не проводящим электрический ток.

Отделение пострадавшего от токоведущих частей при напряжении свыше 1000В производится изолирующими клещами или другими специальными приспособлениями, рассчитанными на соответствующее напряжение. При этом человек, оказывающий помощь, должен обязательно надеть боты и диэлектрические перчатки.

Как только пострадавший будет отделен от контакта с электросетью, необходимо приступить к оказанию первой помощи непосредственно на месте происшествия.

Пострадавшего укладывают на спину и проверяют наличие дыхания и пульса. Наличие дыхания устанавливают по движению грудной клетки. Наличие пульса определяют путем ощупывания лучевой артерии у основания большого пальца руки или сонной артерии на шее с правой или левой стороны кадыка.

Отсутствие пульса свидетельствует об остановке сердца. При остановке сердца и отсутствии дыхания срочно приступают к непрямому массажу сердца и проведению искусственной вентиляции легких.

Искусственную вентиляцию легких рекомендуется проводить способом «изо рта в рот». Для этого на рот пострадавшего накладывают кусок марли или носовой платок, и оказывающий помощь, приложившись через них своим ртом ко рту пострадавшего, форсированно вдыхает в него воздух с частотой 10-15 выдохов в минуту.

Непрямой массаж сердца заключается в том, что оказывающий помощь опирается на нижнюю половину груди пострадавшего ладонями кистей рук, положенных одна на другую, и производит ритмичные надавливания на грудную клетку 60-70 раз в минуту. Эффективность массажа сердца контролируется по пульсовым толчкам на лучевой или сонной артериях, которые совпадают с массажными движениями. Одновременно с массажем сердца делают искусственное дыхание «изо рта в рот». В течение каждых 5 мин массажа следует контролировать по пульсу, не появились ли самостоятельные сокращения сердца после прекращения массажных движений.

Искусственное дыхание и массаж сердца необходимо производить непрерывно до прибытия врача. Эти мероприятия могут производить несколько человек, сменяя друг друга.

Помощь при кровотечениях.

Наружное кровотечение возникает при различных ранениях, сопровождающихся повреждением артериальных и венозных сосудов. Наиболее опасно артериальное кровотечение, при котором кровь вытекает быстро, пульсирующей струей и имеет алую окраску. Венозное кровотечение, даже если оно сильное, характеризуется «наплыванием» крови из глубины раны и отсутствием пульсации; кровь темно-красного цвета с синюшным оттенком.

При кровотечении нельзя терять ни минуты, в том числе на поиски стандартных средств для остановки кровотечения. Самым первым по очередности и самым простым способом является пальцевое прижатие кровоточащего сосуда или тампонада раны. Оказывающий помощь пальцем или кулаком прижимает непосредственно то место, откуда вытекает кровь, и держит их до тех пор, пока не остановится кровотечение или пока не будут применены другие способы его остановки. Желательно (но необязательно) использование стерильных тампонов, которые следует положить на рану, и через них производить пальцевое прижатие кровоточащего сосуда.

В случае не очень сильного кровотечения тампон, положенный на рану, можно туго прибинтовать к пораженной части тела и таким образом добиться полной остановки кровотечения. Этот метод называется методом «давящей повязки», он оказывается почти всегда достаточным для остановки кровотечения.

К наложению кровоостанавливающего жгута нужно прибегать как можно реже и только в тех случаях, когда оказываются неэффективны все другие способы остановки кровотечения. Место наложения жгута выбирают таким образом, чтобы

оно оказалось расположенным ближе к сердцу по отношению к месту расположения раны.

Конечность перед наложением жгута поднимают вверх и удерживают в таком положении несколько минут для того, чтобы произошел отток крови, затем на предполагаемое место наложения жгута помещается прокладка из любой мягкой ткани и жгут накладывается с таким усилием, чтобы прекратилось кровотечение.

Помощь при обмороке.

Обморок - это потеря сознания в результате острого малокровия головного мозга. Обморок может возникать вследствие переутомления на фоне физического или морального (эмоционального) перенапряжения, при недоедании, сильном испуге. Иногда обморок имеет место при приеме лекарственных средств, понижающих артериальное давление. Развитию обморока способствуют перегревание, работа в душном, плохо вентилируемом помещении.

При обмороке человек бледнеет, может учащаться дыхание, пульс становится слабым, потеря сознания длится от нескольких секунд до 20-30 мин. При длительном глубоком обмороке могут появиться судороги. Очень часто люди чувствуют приближение обморока и успевают пожаловаться на плохое самочувствие.

Помощь заключается в том, что пострадавшего укладывают так, чтобы голова оказалась ниже туловища и ног. Шея и грудь освобождаются от стесняющей одежды, лицо опрыскивают холодной водой, дают подышать нашатырным спиртом. При восстановлении сознания не следует спешить с разрешением садиться или вставать.

Помощь при отравлении газами.

Отравление газом чаще всего наблюдается при пожарах, при неисправностях печного отопления; иногда к тяжелым отравлениям может привести пребывание в закрытом помещении, куда поступают выхлопные газы от двигателей внутреннего сгорания (угарный газ).

Во всех случаях отравления газом наступает кислородная недостаточность. В случае если сохранено сознание, пострадавший жалуется на сильную головную боль, головокружение, тошноту. При более тяжелом отравлении наступают галлюцинации с бредом, иногда к этому присоединяется рвота. Кожа приобретает багрово-синюшную окраску. При крайней степени отравления пострадавший теряет сознание, наступают расстройства дыхания и сердечной деятельности, что может привести к смерти.

Помощь состоит в возможно более быстром удалении пострадавшего из отравленной атмосферы. Больному желательно обеспечить ингаляцию кислородом (из кислородной подушки), положить на голову пузырь со льдом. При остановке дыхания и сердца - производить искусственную вентиляцию легких и непрямой массаж сердца.

Помощь при ожогах.

Ожоги возникают в результате действия на ткани тела горючих жидкостей или пламени (термические ожоги) или вследствие попадания на покровы тела агрессивных сред: кислот или щелочей (химические ожоги).

Различают 4 степени ожогов: 1-я степень - покраснение кожи; 2-я степень - покраснение кожи с образованием пузырей; 3-я степень - выгорание кожи; 4-я степень - выгорание кожи и более глубоко лежащих тканей вплоть до костей.

При термических ожогах следует как можно быстрее применить местное охлаждение холодной водой из-под крана, при помощи пузырей со льдом или путем

применения специальных криопакетов в течение 15-20 мин. Не следует вскрывать или удалять пузыри и производить какие-либо манипуляции с ожоговой поверхностью.

На область ожога накладывают марлевую повязку, которую можно смочить антисептической жидкостью (раствором фурацилина, 2%-ным раствором марганцовокислого калия и т. п.) или в простейшем варианте - холодной водой.

При химических ожогах кислота смывается мыльной водой или 1-2%-ным раствором соды, а щелочь - раствором уксусной кислоты или лимонной кислоты.

8.7. Помощь при обморожениях.

Обморожения наступают при низких температурах окружающего воздуха. Обморожению способствуют высокая влажность, переутомление, истощение, тесная обувь или одежда.

Обмороженная часть тела теряет чувствительность, кожа приобретает бледно-синюшную окраску. При распространенном обморожении могут наступить урежение пульса (менее 60 ударов в 1 мин), снижение артериального давления, потеря сознания и смерть.

Помощь заключается в том, что пострадавшего раздевают, а пораженную часть тела или всего человека помещают в теплую ванну с температурой воды 35-40°C. При остановке сердца и отсутствии дыхания необходимо производить искусственную вентиляцию легких и массаж сердца.

8.8. Помощь при ушибах.

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

Помощь при растяжении связок.

Заключается в создании покоя пораженной части тела путем наложения тугой бинтовой повязки либо с помощью шин. На место растяжения связок кладется пузырь со льдом на 10-15 мин.

8.10. Помощь при вывихах.

Вывих - это частичное или полное выходное сустава конца кости из суставной впадины другой кости. Чаще других происходят вывихи в плечевом суставе (вывих плеча) и в тазобедренном суставе (вывих бедра).

Во всех случаях вывихов наблюдается заметное изменение формы сустава, которое легко обнаружить при сравнении с формой нормального симметричного сустава. Движения в вывихнутой части конечности более болезненны и ограничены. При оказании первой помощи не следует предпринимать попыток вправления вывиха до прибытия врача. Требуется обеспечить максимальное обездвижение вывихнутой кости с помощью шин или косынок.

Помощь при переломах.

Переломы костей конечностей определяются на глаз. В месте перелома изменяется форма конечностей, и они могут принимать совершенно необычное положение. При попытках движения обнаруживается ненормальная подвижность в тех частях, где нет сустава. Эти движения даже при минимальной амплитуде сопровождаются резкой болью. При переломах костей таза пострадавший не может поднять в положении лежа выпрямленную в коленном суставе ногу. При переломах ребер возникает резкая боль при дыхании, а глубокие вдохи сопровождаются треском, который слышит сам пострадавший и лицо, оказывающее помощь. Характерным признаком переломов костей черепа является истечение сукровицы из ушей и носа. При падении с высоты часто встречаются переломы позвоночника. Этот вид переломов

опасен ввиду возможного паралича ног. Помощь при переломах состоит в том, чтобы создать покой поврежденной части тела за счет использования шин или укладывания пострадавшего на носилки или топчан. Не следует до прибытия врача поднимать пострадавшего, заставлять его ходить или пытаться «вправить» перелом. При открытом переломе на рану следует положить стерильную повязку.

VII. Заключительная часть

Проверка усвоения полученных знаний (устно) и навыков безопасных приемов работы, которые удалось приобрести работнику.

Специалист охраны труда _____