




МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА
ХЛЕВЕНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ
(МАУ ДО «ДЮСШ ХЛЕВЕНСКОГО РАЙОНА»)

РАЗРАБОТАЛ

Главный инженер МАУ ДО
«ДЮСШ Хлевенского района»

 _____ А. Ю. Муштаев

« 28 » июля

2025 г.

УТВЕРЖАЮ

Директор МАУ ДО
«ДЮСШ Хлевенского района»



_____ М. В. Боев

« 28 » июля 2025 г.

**Инструкция вводного инструктажа
по охране труда работников**

ИОТ-001-2025

с. Хлевное

Оглавление

1.	Общие сведения.....	2
2.	Основные положения законодательства об охране труда.....	2
3.	Общие правила поведения персонала.....	4
4.	Опасные и вредные производственные факторы. Требования производственной санитарии и личной гигиены.....	5
5.	Средства индивидуальной защиты.....	6
6.	Характерные причины несчастных случаев. Порядок расследования несчастных случаев.....	6
7.	Электробезопасность. Требования по предупреждению электротравматизма.....	7
8.	Пожарная безопасность. Способы и средства предотвращения пожаров, действия персонала при их возникновении.....	8
9.	Первая помощь пострадавшим. Действия персонала при возникновении несчастного случая.....	9
10.	Заключение.....	10

1. Общие сведения

1. В соответствии с законодательством о труде одной из основных обязанностей работников является соблюдение требований охраны труда, техники безопасности и производственной санитарии. В связи с этим необходимо познакомиться с этими требованиями для того, чтобы Ваша работа была бы безопасной и безвредной для здоровья. Для этой цели со всеми вновь принимаемыми на работу независимо от их образования, стажа работы по профессии или должности проводится вводный инструктаж по безопасности труда. С конкретными требованиями безопасности труда применительно к Вашей должности Вы будете ознакомлены при прохождении первичного инструктажа на рабочем месте.

2. Что же такое "охрана труда"? Под охраной труда понимается система сохранения жизни и здоровья работников в процессе трудовой деятельности, включающая в себя правовые, социально-экономические, организационно-технические, санитарно-гигиенические, лечебно-профилактические, реабилитационные и иные мероприятия. Говоря проще, охрана труда направлена на создание безопасных и здоровых (безвредных) условий труда для каждого работающего.

Таким образом, целью вводного инструктажа является ознакомление Вас с основными положениями законодательства о труде и требованиями охраны труда.

2. Основные положения законодательства об охране труда

1. Для обеспечения Вашего права на безопасные и здоровые условия труда действует Трудовой кодекс РФ (далее - ТК РФ), который является основополагающим законодательным документом в области охраны труда.

При поступлении на работу в организацию, Вы заключаете трудовой договор с представителем нанимателя (работодателем) (далее - работодатель), сущность которого с юридической точки зрения заключается в следующем.

Трудовой договор - соглашение между работодателем и работником, в соответствии с которым работодатель обязуется предоставить работнику работу по обусловленной трудовой функции, обеспечить условия труда, предусмотренные трудовым законодательством и иными нормативными правовыми актами, содержащими нормы трудового права, коллективным договором, соглашениями, локальными нормативными актами и данным соглашением, своевременно и в полном размере выплачивать работнику заработную плату, а работник обязуется лично выполнять определенную этим соглашением трудовую функцию, соблюдать правила внутреннего трудового распорядка, действующие у данного работодателя.

Нормальная продолжительность рабочего времени не может превышать 40 часов в неделю. Устанавливается 5-дневная рабочая неделя с двумя выходными днями.

Сокращенная продолжительность рабочего времени устанавливается:

- для работников в возрасте до шестнадцати лет - не более 24 часов в неделю;
- для работников в возрасте от шестнадцати до восемнадцати лет - не более 35 часов в неделю;
- для работников, являющихся инвалидами I или II группы, - не более 35 часов в неделю;
- для работников, условия труда на рабочих местах которых по результатам специальной оценки условий труда отнесены к вредным условиям труда 3 или 4 степени или опасным условиям труда, - не более 36 часов в неделю.

Законодательством установлено не только время Вашего труда, но и время Вашего отдыха. Прежде всего, установлен перерыв для отдыха и питания продолжительностью не более двух часов. Время начала и окончания перерыва определяется Правилами внутреннего трудового распорядка (ПВТР), утвержденными руководителем организации.

Кроме того, установлены еженедельные выходные дни. Продолжительность еженедельного непрерывного отдыха должна быть не менее 42 часов. Работа в выходные и нерабочие праздничные дни запрещается, за исключением случаев, предусмотренных ТК РФ.

Ежегодно Вам будет предоставляться очередной отпуск. Кроме очередного может быть предоставлен дополнительный отпуск, например: за выслугу лет, за ненормированный рабочий день, за работу во вредных условиях труда - если он предусмотрен действующим законодательством.

Право на использование отпуска за первый год работы возникает у работника по истечении 6-ти месяцев его непрерывной работы в организации. Отпуск за второй и последующие годы предоставляется в любое время рабочего года в соответствии с графиком отпусков. О времени начала отпуска работник предупреждает работодателя не менее чем за две недели.

Ежегодный отпуск может быть поделен на части, при этом одна из частей должна быть не менее 14 календарных дней.

Работодатель не вправе требовать от Вас выполнения работы, не обусловленной трудовым договором. Это обстоятельство является важным, так как нередко происходят несчастные случаи с работниками, выполняющими не свойственную им работу.

2. Охрана труда женщин.

Учитывая физиологические особенности женского организма, законодательство о труде специально регламентирует вопросы охраны труда женщин. К таким вопросам относятся, например, следующие:

- применение труда женщин на работах с тяжелыми и вредными условиями труда запрещено;
- установлены Нормы предельно допустимые нагрузок для женщин при подъеме и перемещении тяжестей вручную. Так, например, при подъеме и перемещении тяжестей постоянно в течение рабочей смены - 7 кг, при чередовании с другой работой (до 2-х раз в час) - 10 кг;
- беременных женщин, матерей, кормящих грудью, а также женщин, имеющих детей в возрасте до трех лет, запрещено привлекать к работам в ночное время, сверхурочным работам, работам в выходные дни и направлять в командировки;
- женщины, имеющие детей в возрасте от трех до восьми лет, не могут привлекаться к сверхурочным работам или направляться в командировки без их согласия;
- беременные женщины и женщины, имеющие детей в возрасте до полутора лет, переводятся на этот период на более легкую работу, исключающую неблагоприятное воздействие опасных и вредных производственных факторов;
- женщинам, имеющим детей в возрасте до полутора лет, предоставляются помимо общего перерыва для отдыха и питания дополнительные перерывы для кормления ребенка.

Перечисленные выше вопросы не исчерпывают всех льгот, предоставляемых женщинам (см. статьи 253 - 264 ТК РФ).

3. Охрана труда молодежи.

Лица, не достигшие 18 лет, в трудовых отношениях приравниваются к совершеннолетним работникам, а в области охраны труда, рабочего времени, отпусков и некоторых других условий труда пользуются льготами.

Запрещается применение труда лиц в возрасте до 18 лет на работах с вредными и (или) опасными условиями труда, на подземных работах, а также на работах, выполнение которых может причинить вред их здоровью и нравственному развитию (игорный бизнес, работа в ночных кабаре и клубах, производство, перевозка и торговля спиртными напитками, табачными изделиями, наркотическими и иными токсическими препаратами, материалами эротического содержания).

Лица в возрасте до 18 лет принимаются на работу только после предварительного обязательного медицинского осмотра и в дальнейшем, до достижения возраста 18 лет, ежегодно подлежат обязательному медицинскому осмотру.

Запрещается привлекать работников моложе 18 лет к ночным и сверхурочным работам и к работам в выходные дни.

Запрещаются переноска и передвижение работниками в возрасте до восемнадцати лет тяжестей, превышающих установленные для них предельные нормы.

Ежегодный основной оплачиваемый отпуск работникам в возрасте до 18 лет предоставляется продолжительностью 31 календарный день в удобное для них время.

4. Трудовой распорядок организации определяется ПВТР - это локальный нормативный акт организации, регламентирующий в соответствии с ТК РФ и иными федеральными законами порядок приема и увольнения работников, основные права, обязанности и ответственность сторон трудового договора, режим работы, время отдыха, применяемые к работникам меры

поощрения и взыскания, а также иные вопросы регулирования трудовых отношений в организации.

ПВТР организации утверждаются работодателем с учетом мнения представительного органа работников организации.

5. За нарушение или невыполнение требований охраны труда должностные лица и другие работники организации могут привлекаться к дисциплинарной, административной, материальной и уголовной ответственности.

Работник обязан:

- соблюдать требования охраны труда;
- правильно применять средства индивидуальной и коллективной защиты;
- проходить обучение безопасным методам и приемам выполнения работ, и оказанию первой помощи пострадавшим на производстве, инструктаж по охране труда, стажировку на рабочем месте, проверку знаний требований охраны труда;
- немедленно извещать своего непосредственного или вышестоящего руководителя о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, происшедшем на производстве, или об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления);
- проходить обязательные предварительные (при поступлении на работу) и периодические (в течение трудовой деятельности) медицинские осмотры, другие обязательные медицинские осмотры, а также проходить внеочередные медицинские осмотры по направлению работодателя в случаях, предусмотренных действующим законодательством.

Общее руководство работой по охране труда в организации осуществляется работодателем.

Непосредственная организация работ по охране труда возложена на структурное подразделение (при его наличии) или специалиста по охране труда.

В организации создаются и действуют комиссии по охране труда.

Целью контроля за соблюдением законодательства об охране труда является проверка условий и безопасности труда работающих, выявление отклонений от требований стандартов, норм, правил и других нормативных документов по охране труда, проверка выполнения службами и подразделениями организации своих обязанностей в области охраны труда, принятие эффективных мер по устранению выявленных недостатков и предупреждение аварий, несчастных случаев, профессиональных заболеваний.

3. Общие правила поведения персонала

1. Все работники должны выполнять свои должностные обязанности, предусмотренные Трудовым договором, должностными инструкциями, правилами и инструкциями по охране труда.

Не бегайте по лестницам и коридорам, не закрывайте и не открывайте резко двери помещений.

Не устраняйте неисправность в электропроводке, приспособлениях и инструменте, не производите сами замену электроламп и предохранителей в электросети - это должны делать специалисты.

В помещениях с высокими стеллажами пользуйтесь специальными лестницами - стремянками.

Следите за исправностью оборудования, приборов, столов, стульев.

Не переносите карандаши, инструмент и другие колющие предметы в карманах одежды.

Запрещается курение во всех зданиях и помещениях организации.

Будьте внимательны к сигналам, подаваемым водителями движущегося транспорта, не перебегайте путь впереди движущегося транспорта.

Соблюдайте Правила дорожного движения:

- пользуйтесь пешеходными мостами или тоннелями;
- руководствуйтесь сигналами светофора;
- при отсутствии мостов, тоннелей, светофоров, стоя на обочине дороги или на тротуаре, следует оценить дорожную обстановку и безопасно перейти проезжую часть.

Стоящий на территории автомобиль обходите только спереди, чтобы водитель мог видеть Вас.

При выходе из помещений, ворот и т.п. убедитесь в отсутствие близко движущегося транспорта.

2. Водители при движении по территории должны соблюдать установленную скорость, не создавая помех движению.

При перерывах в работе водитель должен поставить машину таким образом, чтобы исключить ее самопроизвольное движение.

При обслуживании автомобиля на подъемнике на пульт управления подъемником вывешивается табличка "Не включать - под автомобилем работают люди".

В производственных помещениях следует передвигаться только по предусмотренным проходам.

3. Не прикасайтесь к клеммам, оголенным проводам, к арматуре общего освещения и электропроводке, не открывайте и не проникайте за дверцы и ограждения электрических щитков, сборок и другой электроаппаратуры.

На неисправное электрооборудование должны быть вывешены плакаты "НЕ ВКЛЮЧАТЬ! РАБОТАЮТ ЛЮДИ".

Применяйте оборудование только по его прямому назначению.

Перед эксплуатацией нового для Вас оборудования тщательно изучите инструкцию по его применению.

Не оставляйте без присмотра включенное электрооборудование, выключайте его при перерывах в работе, а по окончании рабочего дня - обесточьте.

Не касайтесь пусковых приборов, если вывешена табличка "НЕ ВКЛЮЧАТЬ! РАБОТАЮТ ЛЮДИ" или "НЕ ВКЛЮЧАТЬ! РАБОТА НА ЛИНИИ".

Во время работы строго соблюдайте требования предупредительных, запрещающих плакатов и других вывешенных знаков безопасности.

Анализ статистических данных о травматизме свидетельствует, что в 85 - 90% случаев непосредственным виновником несчастных случаев на производстве является в той или иной степени сам человек, его дисциплинированность и собранность.

4. Опасные и вредные производственные факторы. Требования производственной санитарии и личной гигиены

1. Санитарно-гигиенические условия труда характеризуются возможным наличием различных вредных производственных факторов, которые могут неблагоприятно повлиять на здоровье и привести к заболеванию или снижению работоспособности.

К таким вредным факторам относятся: загазованность и запыленность воздуха, шум, вибрация, ультразвук, инфразвук, электромагнитные, ионизирующие, лазерные и другие излучения, освещенность рабочих мест, микроклиматические условия и т.п.

Кроме того, нужно иметь в виду, что все вредные факторы могут явиться косвенной причиной производственной травмы, так как влияют на самочувствие, внимание и утомляемость человека.

Предельно допустимые концентрации (ПДК) вредных веществ в воздухе рабочей зоны - это такие концентрации, которые при ежедневной работе, но не более 40 часов в неделю, в течение всего рабочего стажа не могут вызвать заболеваний или отклонений в состоянии здоровья, обнаруживаемых современными методами исследований в процессе работы или в отдаленные сроки жизни настоящего и последующих поколений. ПДК установлены для рабочей зоны и измеряются в мг/м³.

2. Вы должны соблюдать правила личной гигиены. Не допускается принимать пищу в производственных помещениях. Бытовые помещения должны содержаться в чистоте, регулярно проветриваться.

Оказание первой доврачебной помощи с использованием аптечки проводится до прибытия квалифицированных специалистов, которые возьмут на себя дальнейшую заботу о пострадавшем.

5. Средства индивидуальной защиты

1. Средствами индивидуальной защиты называют средства, предназначенные для обеспечения безопасности одного работающего. Кроме спецодежды и спецобуви к ним относятся: предохранительные приспособления (пояса, диэлектрические коврики и т.п.); средства защиты рук (рукавицы, перчатки и т.п.), головы (каска, шлемы, шапки и т.п.), лица (защитные маски, щитки и т.п.), глаз (защитные очки), слуха (противошумные шлемы, наушники и т.п.), органов дыхания (респираторы, противогазы и т.п.), защитные дерматологические средства (пасты, кремы, мази).

Неприменение средств индивидуальной защиты может привести к несчастным случаям.

2. На работах с вредными и (или) опасными условиями труда, а также на работах, выполняемых в особых температурных условиях или связанных с загрязнением, работникам выдаются сертифицированные средства индивидуальной защиты, смывающие и обезвреживающие средства в соответствии с утвержденными нормами в порядке, установленном Правительством РФ.

Выдаваемые работникам спецодежда, обувь и другие средства индивидуальной защиты считаются собственностью организации и подлежат обязательному возврату: при увольнении, при переводе на другую работу, по окончании сроков носки взамен получаемой новой, если в организации не установлен иной порядок.

6. Характерные причины несчастных случаев. Порядок расследования несчастных случаев

1. Наиболее частой причиной травматизма является спотыкание и подскользывание при ходьбе, поэтому при перемещении по территории организации следует соблюдать следующие меры предосторожности: во время ходьбы быть внимательным и постоянно контролировать изменение окружающей обстановки, особенно в сложных метеорологических условиях (дождь, туман, снегопад, гололед и т.п.) и в темное время суток; соблюдать особую осторожность и быть внимательным при нахождении в зонах повышенной опасности (погрузочно-разгрузочные работы, неровности и скользкие места на поверхности земли и т.п.).

Наибольшее количество травм происходит при несоблюдении правил дорожного движения и требований техники безопасности при проведении различных работ:

- неправильная постановка транспортного средства на ремонт и техническое обслуживание (отсутствие башмаков, вывешивание автомобиля за буксирные крюки и т.п.);
- допуск к работам в электроустановке лиц, не имеющих на это право;
- эксплуатация неисправного транспортного средства, электрооборудования, инструмента;
- несоблюдение правил при работе на высоте;
- халатное отношение к требованиям охраны труда;
- дорожно-транспортные происшествия.

2. Порядок расследования несчастного случая определен ТК РФ и действующим законодательством.

Расследованию и учету подлежат несчастные случаи, происшедшие с работниками и другими лицами, участвующими в производственной деятельности работодателя (в том числе с лицами, подлежащими обязательному социальному страхованию от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний), при исполнении ими трудовых обязанностей или выполнении какой-либо работы по поручению работодателя (его представителя), а также при осуществлении иных правомерных действий, обусловленных трудовыми отношениями с работодателем либо совершаемых в его интересах.

О каждом несчастном случае на производстве пострадавший или очевидец в течение смены должен сообщить непосредственному руководителю.

При несчастных случаях, работодатель (его представитель) обязан:

- немедленно организовать первую помощь пострадавшему и при необходимости доставку его в медицинскую организацию;

- принять неотложные меры по предотвращению развития аварийной или иной чрезвычайной ситуации и воздействия травмирующих факторов на других лиц;
 - сохранить до начала расследования несчастного случая обстановку, какой она была на момент происшествия, если это не угрожает жизни и здоровью других лиц и не ведет к катастрофе, аварии или возникновению иных чрезвычайных обстоятельств, а в случае невозможности ее сохранения - зафиксировать сложившуюся обстановку (составить схемы, провести фотографирование или видеосъемку, другие мероприятия);
 - немедленно проинформировать о несчастном случае органы и организации, в соответствии с действующим законодательством, а о тяжелом несчастном случае или несчастном случае со смертельным исходом - также родственников пострадавшего;
 - принять иные необходимые меры по организации и обеспечению надлежащего и своевременного расследования несчастного случая и оформлению материалов расследования.
- Для расследования несчастного случая работодатель (его представитель) незамедлительно образует комиссию в составе не менее трех человек. В течение трех суток комиссия должна провести расследование обстоятельств и причин несчастного случая и составить акт. Несчастный случай на производстве, вызвавший у работника потерю трудоспособности не менее одного дня, оформляется актом формы Н-1 в двух экземплярах.

7. Электробезопасность. Требования по предупреждению электротравматизма

1. Поражение электрическим током - один из основных травмирующих факторов.

Анализ травматизма показывает, что число травм, вызванных электрическим током, сравнительно невелико, однако число смертельных исходов при электротравмах значительно. Опасность поражения электрическим током усугубляется за счет следующего:

- ток не имеет внешних признаков и не может быть обнаружен человеком заблаговременно;
- при электропоражении нарушаются наиболее важные жизнедеятельные системы (сердечно-сосудистая, дыхательная, нервная);
- судороги мышц приводят к неотпускающему эффекту, когда человек не может самостоятельно "оторваться" от электрического провода.

2. Основными причинами электротравматизма являются:

- прикосновение к токоведущим частям, находящимся под напряжением (например, прикосновение к оголенным проводам, рубильникам, ламповым патронам и т.п.);
- работа с неисправным ручным электроинструментом;
- прикосновение к нетоковедущим частям электрооборудования (корпусу электроустановки), случайно оказавшимся под напряжением;
- короткое замыкание с образованием электрической дуги.

3. Для предупреждения электротравм существует много способов, но наиболее доступными для всех являются средства индивидуальной защиты, к которым относятся: резиновые перчатки, резиновая обувь, резиновые коврики, инструмент с диэлектрическими (нетокопроводящими) ручками.

Если же на Ваших глазах произошел несчастный случай, связанный с воздействием электрического тока, Ваши действия должны быть следующими. Прежде всего, необходимо освободить пострадавшего от действия тока. При этом нужно сделать это так, чтобы самому не попасть под напряжение. Лучше всего попытаться отключить электроустановку. Если же ее нельзя быстро отключить, то нужно оттянуть пострадавшего от токоведущей части, взявшись за его одежду, если она сухая, либо отбросить от него электропровод деревянной палкой и т.п.

Если пострадавший пришел в сознание, ему необходимо обеспечить покой до прибытия врача или доставить в медпункт. При отсутствии сознания, но сохранившемся дыхании нужно уложить пострадавшего на подстилку, обеспечить приток свежего воздуха, расстегнуть одежду. При отсутствии признаков жизни делаются искусственное дыхание и наружный массаж сердца.

8. Пожарная безопасность. Способы и средства предотвращения пожаров, действия персонала при их возникновении

1. При изучении пожарной безопасности необходимо руководствоваться Правилами пожарной безопасности в РФ.

Причины пожаров и загораний на наземных объектах (в производственных, административных и жилых помещениях, на складах, наружных установках и т.п.) можно свести к следующим группам:

- неправильное устройство, неисправность или нарушение режима работы систем отопления, вентиляции и кондиционирования воздуха;
- неправильное устройство, неисправность или перегрузка электрических установок и сетей (неправильный выбор сечений проводов или подбор электрооборудования, неисправность средств защиты сетей от перегрузок и др.);
- неисправность производственного оборудования и нарушение технологических процессов;
- искрообразование за счет разрядов статического электричества, например, при заправке автомобилей топливом;
- самовоспламенение и самовозгорание веществ и материалов при неправильном их хранении или применении;
- отсутствие или неисправность молниеотводов на зданиях и сооружениях;
- неосторожное обращение с огнем (курение в неустановленных местах, небрежное проведение огневых работ, оставление без присмотра электронагревательных приборов и т.п.);
- прочие причины (нарушение правил эксплуатации и технического обслуживания машин и оборудования, несвоевременная уборка скопившихся горючих материалов и веществ и т.д.).

К опасным факторам пожара относятся:

- открытый огонь или искры;
- повышенная температура воздуха, предметов и т.п.;
- токсичные продукты горения;
- дым (высокодисперсная аэрозоль с твердыми частицами);
- пониженная концентрация кислорода;
- обрушение или повреждение зданий, сооружений;
- взрыв.

2. К основным задачам пожарной профилактики относятся:

- обеспечение безопасности людей. Это достигается системой мер, направленных на предупреждение воздействия на людей опасных факторов пожара;
- проведение мероприятий, направленных на предотвращение пожара. Это достигается системой предотвращения пожара - комплексом организационных и технических мероприятий, направленных на исключение условий возникновения пожара;
- проведение мероприятий, ограничивающих распространение пожара. Это достигается устройством противопожарных преград, применением огнепреграждающих устройств, применением средств, предотвращающих разлив жидкостей и т.п.;
- проведение мероприятий, обеспечивающих ликвидацию пожара. Это достигается применением средств пожарной сигнализации, средств пожаротушения, организацией пожарной охраны и т.п.

3. К системам пожарной защиты относятся: системы противопожарного водоснабжения, противопожарные двери, клапаны автоматической пожарной сигнализации, стационарной автоматической установки пожаротушения, системы дымоудаления, системы оповещения и управления эвакуацией.

Следует знать нормы оснащения помещений ручными огнетушителями, передвижными огнетушителями, пожарными щитами, а также порядок разработки и утверждения инструкции о мерах пожарной безопасности.

4. Ваши действия при обнаружении пожара или признаков горения (запах гари, задымление):

- немедленно сообщить об этом в пожарную охрану по телефону 01 (при этом необходимо назвать адрес объекта, место возникновения пожара, свою фамилию), а также - непосредственному руководителю;
- оповестить о пожаре должностных лиц, находящихся в помещении, закрыть окна, двери;
- принять по возможности меры по эвакуации людей, тушению пожара при помощи первичных средств пожаротушения и по обеспечению сохранности материальных ценностей;
- в случае невозможности локализовать очаг пожара покинуть помещение в соответствии с планом эвакуации.

9. Первая помощь пострадавшим. Действия персонала при возникновении несчастного случая

Первая помощь - это вид помощи, который выполняется на месте происшествия или вблизи его с использованием аптечных или подручных средств в порядке само или взаимопомощи.

Механические травмы

При получении механической травмы необходимо остановить кровотечение. При венозном кровотечении кровь темная, вытекает сплошной струей. Способ остановки - давящая повязка в области ранения, придание пострадавшей части тела возвышенного положения. При артериальном кровотечении - алая кровь, вытекает быстро пульсирующей или фонтанирующей струей. Способ остановки кровотечения - наложение жгута, закрутки или резкое сгибание конечности в суставе с фиксацией ее в таком положении.

Жгут на конечности накладывают выше места ранения, обводя его вокруг поднятой вверх конечности, предварительно обернутой какой-либо мягкой тканью, и связывают узлом на наружной стороне конечности. После этого первый виток жгута необходимо прижать пальцами и убедиться в отсутствии пульса. Следующие витки жгута накладывают с меньшим усилием.

Жгут на шею накладывают без контроля пульса, охватывая им вместе с шеей заведенную за голову руку, и оставляют до прибытия врача. Для герметизации раны накладывают чистую салфетку или многослойную ткань (упаковку бинта).

При наложении жгута (закрутки) под него обязательно следует положить записку с указанием времени его наложения. Жгут можно наложить не более чем на один час.

При переломах, вывихах необходимо наложить на поврежденную часть тела шину (стандартную или изготовленную из подручных средств - доски, рейки) и с помощью бинта зафиксировать ее так, чтобы обеспечить неподвижность поврежденного участка тела. При открытых переломах необходимо до наложения шины перевязать рану. Шину располагают так, чтобы она не лежала поверх раны и не давила на выступающую кость.

При падении с высоты, если есть подозрение, что у пострадавшего сломан позвоночник (резкая боль в позвоночнике при малейшем движении), необходимо дать пострадавшему обезболивающее средство и уложить на ровный твердый щит или широкую доску. Необходимо помнить, что пострадавшего с переломом позвоночника следует перекладывать с земли на щит осторожно, уложив пострадавшего набок, положить рядом с ним щит и перевернуть на него пострадавшего. При болях в шейном отделе позвоночника необходимо зафиксировать голову и шею. Пострадавшего с травмой позвоночника запрещается сажать или ставить на ноги.

При растяжении связок необходимо наложить на место растяжения давящую повязку и холодный компресс.

Не допускается самим предпринимать каких-либо попыток вправления травмированной конечности.

Термические ожоги

При ожогах первой степени (наблюдается только покраснение и небольшой отек кожи) и ожогах второй степени (образуются пузыри, наполненные жидкостью) необходимо наложить на обожженное место стерильную повязку. Не следует смазывать обожженное место жиром и мазями, вскрывать или прокалывать пузыри.

При тяжелых ожогах (некроз тканей) следует на обожженное место наложить стерильную повязку и немедленно отправить пострадавшего в медицинское учреждение. Запрещается

смазывать обожженное место жиром или мазями, отрывать пригоревшие к коже части одежды. Пострадавшему необходимо дать обезболивающее лекарство, обильное питье.

Травмы глаз

При ранениях глаза острыми или колющими предметами, а также повреждениях глаза при сильных ушибах пострадавшего следует срочно направить в медицинскую организацию. Попавшие в глаза предметы не следует вынимать из глаза, чтобы еще больше не повредить его. На глаз наложить стерильную повязку.

При попадании пыли или порошкообразного вещества в глаза промыть их слабой струей проточной воды.

При ожогах химическими веществами необходимо открыть веки и обильно промыть глаза в течение 10 - 15 минут слабой струей проточной воды.

При ожогах глаз горячей водой, паром промывание глаз не проводится. Глаза закрывают стерильной повязкой.

Электротравмы

При поражении электрическим током необходимо как можно быстрее освободить пострадавшего от действия электрического тока (отключить электроустановку, которой касается пострадавший, с помощью выключателя, рубильника или другого отключающего аппарата, а также путем снятия предохранителей, разъема штепсельного соединения).

При отделении пострадавшего от токоведущих частей, к которым он прикасается, оказывающий помощь не должен прикасаться к пострадавшему без применения надлежащих мер предосторожности, так как это опасно для жизни. Он должен следить за тем, чтобы самому не оказаться в контакте с токоведущей частью или под напряжением шага, находясь в зоне растекания тока замыкания на землю.

При напряжении до 1000 В для отделения пострадавшего от токоведущих частей или провода следует воспользоваться канатом, палкой, доской или каким-либо другим сухим предметом, не проводящим электрический ток. Можно оттащить пострадавшего от токоведущих частей за одежду (если она сухая и отстает от тела), избегая при этом прикосновения к окружающим металлическим предметам и частям тела пострадавшего, не прикрытым одеждой. Можно оттащить пострадавшего за ноги, при этом оказывающий помощь не должен касаться его обуви или одежды без средств электрозащиты своих рук, так как обувь и одежда могут быть сырыми и являться проводниками электрического тока. Можно изолировать себя от действия электрического тока, встав на сухую доску. При отделении пострадавшего от токоведущих частей следует действовать одной рукой.

Если электрический ток проходит в землю через пострадавшего, который сжимает в руке провод, находящийся под напряжением, то прервать действие электрического тока можно следующим образом:

- отделить пострадавшего от земли (подсунуть под него сухую доску или оттянуть ноги от земли веревкой или одеждой);
- перерубить провод топором с сухой деревянной рукояткой;
- сделать разрыв, применяя инструмент с изолирующими рукоятками (кусачки, пассатижи).

Если пострадавший находится на высоте, то отключение установки и тем самым освобождение пострадавшего от действия тока может вызвать его падение с высоты. В этом случае необходимо принять меры для предотвращения дополнительных травм.

В тех случаях, когда пострадавший от поражения электрическим током не дышит или дышит редко, судорожно, необходимо проводить искусственное дыхание. В случае отсутствия дыхания и пульса надо немедленно применить искусственное дыхание и массаж сердца. Искусственное дыхание и массаж сердца делают до тех пор, пока не восстановится естественное дыхание пострадавшего или до прибытия врача.

После того, как пострадавший придет в сознание, необходимо при наличии у него электрического ожога на место электрического ожога наложить стерильную повязку.

Отравления

При отравлении недоброкачественными пищевыми продуктами необходимо промыть желудок пострадавшего, давая ему выпить большое количество (до 6-10 стаканов) теплой воды, подкрашенной марганцовокислым калием, или слабого раствора питьевой соды с

вызовом у пострадавшего искусственной рвоты. После этого пострадавшего следует напоить теплым чаем и дать выпить 1-2 таблетки активированного угля.

При отравлении газами, аэрозолями, парами вредных веществ пострадавшего необходимо вывести на свежий воздух или устроить в помещении сквозняк, открыв окна и двери.

При остановке дыхания и сердечной деятельности приступить к искусственному дыханию и массажу сердца.

Переохлаждения и обморожения

При переохлаждении и обморожении пострадавшего необходимо как можно быстрее доставить в теплое помещение.

При оказании помощи главное - не допустить быстрого согревания переохлажденных участков тела, так как на них губительно действуют теплый воздух, теплая вода, прикосновение теплых предметов и даже рук. До входа пострадавшего в отапливаемое помещение переохлажденные участки его тела (чаще руки или ноги) нужно защитить от воздействия тепла, наложив на них теплоизолирующие повязки (ватно-марлевые, шерстяные и др.). Повязка должна закрывать только область с выраженным побледнением кожи, не захватывая не изменившиеся кожные покровы. В противном случае тепло от участков тела с ненарушенным кровообращением будет распространяться под повязкой на переохлажденные участки и вызывать их согревание с поверхности, что приведет к гибели поверхностных тканей.

После наложения теплоизолирующей повязки необходимо обеспечить неподвижность переохлажденных пальцев рук и ног, так как их сосуды очень хрупки и потому возможны кровоизлияния после восстановления кровотока. Для этого можно использовать шины, а также любой подручный материал: куски плотного картона, фанеры и дощечки. Для стопы следует применять две дощечки: одна - на длину голени с переходом на бедро, другая - по длине стопы. Их нужно прочно крепить под углом 90 градусов.

На переохлажденных участках тела повязку следует оставлять до тех пор, пока не появится чувство жара и не восстановится их чувствительность.

Для восполнения тепла в организме и улучшения кровообращения пострадавшему следует давать пить горячий сладкий чай.

При легком обморожении необходимо растереть обмороженное место чистой суконкой или варежкой. Обмороженное место не допускается растирать снегом. Когда кожа покраснеет и появится чувствительность, наложить стерильную повязку.

Если при обморожении появились пузыри, необходимо перевязать обмороженное место сухим стерильным материалом. Не допускается вскрывать и прокалывать пузыри.

Действия персонала при возникновении несчастного случая

Не суетиться (один говорит, остальные - делают, четко давать указания лично, а не "кто-нибудь").

Освободить пострадавшего от воздействия на него опасного производственного фактора (электротока, химических веществ, воды, механического воздействия и др.) с использованием штатных и подручных средств и безопасных для себя приемов.

Оценить состояние пострадавшего, освободить от стесняющей дыхание одежды, при необходимости, вынести пострадавшего на свежий воздух.

Определить характер и степень повреждения, для чего осторожно освободить поврежденные участки, части тела и принять решение о мерах неотложной помощи.

Выполнить необходимые мероприятия по спасению пострадавшего в порядке срочности - восстановить дыхание, остановить кровотечение, и мобилизовать место перелома, наложить повязки и т.д.

Поддерживать основные жизненные функции пострадавшего до прибытия медицинских работников.

Во всех случаях травматизма после оказания первой помощи необходимо обратиться к врачу.

10. Заключение

Несчастные случаи на рабочем месте, как правило, связаны с человеческим фактором. Вы должны четко знать и выполнять все требования безопасности труда, ПВТР, соблюдать трудовую и производственную дисциплину.

Работа должна осуществляться на основе четкого выполнения стандартов, правил, норм, инструкций и проектов производства работ.

Ваша безопасность зависит не только от усилий руководителя, но и от того, что Вы с другими работниками, будете осуществлять контроль и самоконтроль на протяжении всего рабочего дня.

Для Вас должно быть незыблемым правило: "Не нарушай требований безопасности труда сам и не давай нарушать их другому". Если обнаружил нарушение, которое может привести к несчастному случаю, останови работу и сообщи непосредственному руководителю.

Рабочий день должен начинаться и заканчиваться ежедневным контролем состояния безопасности труда.

Руководитель должен контролировать выполнение работниками требований безопасности труда, не допускать к работе необученных и непроинструктированных работников, отстранять от работы лиц в нетрезвом состоянии.

Вся работа по охране труда должна быть направлена на побуждение всех работающих к пунктуальности, строгому выполнению всех требований безопасности труда.

Контроль за безопасностью труда может быть действенным только тогда, когда в нем будут участвовать все.