

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Уманський державний педагогічний університет
імені Павла Тичини

Вступний інструктаж з охорони праці та безпеки
життєдіяльності для здобувачів вищої освіти Уманського
державного педагогічного університету імені Павла Тичини

«Затверджено»
Наказ ректора УДПУ імені Павла Тичини
№ 496/р від « 18 » 04 2023 року

**ВСТУПНИЙ ІНСТРУКТАЖ З ОХОРОНИ ПРАЦІ ТА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ
ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ**

Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини

1. Загальні відомості про заклад освіти, його структуру. Види та джерела небезпеки в навчальних приміщеннях, на спортивних майданчиках, науково-дослідних ділянках.
2. Загальні правила поведінки під час освітнього процесу. Обставини та причини найбільш характерних нещасних випадків, що сталися в закладах освіти.
3. Вимоги пожежної безпеки в УДПУ. Ознайомлення з Правилами пожежної безпеки для закладів освіти та установ системи освіти України.
4. Радіаційна безпека, дії в разі надзвичайних ситуацій природного і техногенного характеру.
5. Цивільний захист, техногенна безпека природного і техногенного характеру.
6. Безпека дорожнього руху. Поведінка на вулиці, ознайомлення з правилами дорожнього руху.
7. Побутовий травматизм, попередження та дії в разі нещасних випадків у побуті.
8. Домедична допомога в разі нещасних випадків, надзвичайних подій тощо.

**I. ЗАГАЛЬНІ ВІДОМОСТІ ПРО УДПУ. ВИДИ ТА ДЖЕРЕЛА НЕБЕЗПЕКИ В
НАВЧАЛЬНИХ ПРИМІЩЕННЯХ, НА СПОРТИВНИХ МАЙДАНЧИКАХ,
НАУКОВО-ДОСЛІДНИХ ДІЛЯНКАХ.**

Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини готує фахівців для загальноосвітніх, вищих навчальних закладів, підприємств, установ та організацій. Підготовка проводиться на одинадцяти факультетах, Інституті економіки та бізнес-освіти, які мають в навчальних кабінетах, лабораторіях, майстернях сучасне обладнання, котре повністю відповідає необхідним сучасним методам навчання. До складу університету входить 4 навчальних корпусів, 2 гуртожитки. Навчальний корпус №1 розташований за адресою вул. Садова,2; навчальний корпус №2 розташований за адресою вул. Садова,2; навчальний корпус №3 розташований за адресою вул. Садова 26; навчальний корпус №4

розташований за адресою вул. Садова 32Б;. Гуртожиток №1 розташований за адресою: вул. Садова 32А; гуртожиток №2 розташований за адресою: вул. Садова 32.

На кафедрах університету є навчальні майстерні та лабораторії з сучасним обладнанням, неправильна експлуатація якого може призвести до нещасного випадку. Перед початком роботи в майстернях, лабораторіях з кожним здобувачем вищої освіти проводиться первинний інструктаж з охорони праці та безпеки життєдіяльності.

До основних небезпечних факторів належать:

1. Ураження електричним струмом (при невиконанні правил експлуатації електроприладів та електроустановок, особиста необережність);
2. Травмування при заняттях хореографією, спортом. Джерелом безпеки може бути несправний або незакріплений спортивний інвентар, недотримання заходів безпеки при виконанні фізичних вправ, заняття хореографією, спортом без спеціального спортивного одягу та взуття, заняття на відкритих спортивних майданчиках за поганих метеорологічних умов, переоцінка своїх можливостей, необережність, слабкість, перевтома й погане самопочуття;
3. Електромагнітне випромінювання. Джерелом електромагнітного випромінювання є різноманітне обладнання, зокрема й персональний комп'ютер. Інтенсивна робота за комп'ютером та неправильна організація робочого місця може викликати низку захворювань: порушення зору; кістково-м'язові порушення, захворювання шкіри; головні болі, депресивний стан;

II. ЗАГАЛЬНІ ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ ПІД ЧАС ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ. ОБСТАВИНИ ТА ПРИЧИНИ НАЙБІЛЬШ ХАРАКТЕРНИХ НЕЩАСНИХ ВИПАДКІВ, ЩО СТАЛИСЯ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ.

Для запобігання нещасних випадків з учасниками освітнього процесу та збереження державного майна університету слід знати й суворо дотримуватися правил внутрішнього розпорядку, техніки безпеки, виробничої санітарії й пожежної безпеки. Неохайність, неуважність, недостатня обізнаність з приладами, властивостями речовин та правилами їх зберігання й використання можуть призвести до нещасного випадку.

Основні правила для здобувачів вищої освіти університету:

1. Забороняється паління в навчальних приміщеннях та гуртожитках університету (Наказ Міністерства освіти і науки України від 08.11.2004 № 855).
2. Забороняється заходити до приміщень університету без дозволу відповідальної особи (викладача, завідувача аудиторії, лаборанта, майстра).
3. Забороняється вмикати й вимикати рубильники, вимикачі інші прилади без дозволу відповідальної особи (помилкове ввімкнення або вимкнення електро- установок може призвести до нещасного випадку або аварії).
4. При виконанні лабораторних робіт ретельно дотримуватися первинних інструктажів. Можна виконувати тільки ту роботу, яку вам доручено. Виконувати інші роботи категорично забороняється.
5. При виявленні неполадок в обладнанні, негайно повідомити відповідальній особі.
6. Під час експлуатації електроустановок забороняється:
 - самостійно усувати несправності електромережі й електрообладнання;
 - користуватися саморобними електричними нагрівальними приладами, обладнанням у приміщеннях університету;
 - користуватися пошкодженими (несправними) розетками;
 - зав'язувати й скручувати електропроводи;
 - застосовувати саморобні подовжувачі, які не відповідають вимогам Правил експлуатації електроустаткування;
 - переносити прилади, які знаходяться під напругою.
7. Обставини та причинами найбільш характерних нещасних випадків, що сталися за останні роки :
 - невиконання студентами правил техніки безпеки під час проведення репетицій в хореографічних залах;
 - невиконання студентами правил техніки безпеки під час проведення занять з фізичної культури і спорту в спортивному залі та на майданчику;
 - спроба студентом самостійно полагодити несправність електромережі в гуртожитку університету;
 - невиконання студентами вимог інструкцій з охорони праці під час роботи в майстернях.

В університеті створені та підтримуються комфортні, безпечні умови для навчання в аудиторіях, лабораторіях, у хореографічних та спортивних залах, за яких зберігається здоров'я учасників освітнього процесу, їх висока працездатність. Виконання вимог

інструкцій, нормативних актів з безпеки життєдіяльності, правил безпечної роботи під час освітнього процесу, співпраця з адміністрацією університету щодо створення безпечних умов для навчання є запорукою безпеки вас і оточуючих.

III. ВИМОГИ ПОЖЕЖНОЇ БЕЗПЕКИ

Знайомство з Правилами пожежної безпеки для закладів, установ організацій і підприємств системи освіти України. Правила поведінки під час пожежі в закладі освіти.

1. На території університету забороняється розкладання вогнищ, спалювання сміття, відходів, пакувальних матеріалів.
2. У приміщеннях університету забороняється застосовувати відкритий вогонь (паяльні лампи, факели тощо).
3. Забороняється використання електрокип'ятильників, чайників та іншого нагрівального обладнання (окрім спеціально відведених і обладнаних для цього приміщень)
4. Забороняється залишати без нагляду увімкнені в електромережу кондиціонери, комп'ютери, електрочайники тощо.
5. Забороняється використовувати пожежний інвентар та обладнання для потреб, не пов'язаних з пожежогасінням
6. При виявленні пожежі або її ознак (задимлення, запаху горіння або тління) слід:
 - негайно повідомити про це за тел. 101 (при цьому чітко назвати адресу об'єкта, місце виникнення пожежі, а також своє прізвище);
 - розпочати евакуацію людей під керівництвом працівників університету з будівлі до безпечного місця згідно з планом евакуації;
 - під час пожежі не слід ховатися в глухі кути, під парти, шафи тощо;
 - захищати органи дихання серветками;
 - якщо неможливо самостійно залишити приміщення, де виникла пожежа, слід будь яким способом повідомити про своє місцеперебування.

IV. РАДІАЦІЙНА БЕЗПЕКА, ДІЇ В РАЗІ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ ПРИРОДНОГО І ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРУ

1. Можливі надзвичайні ситуації та висновки з оцінки обстановки, яка може скластися в разі їх виникнення:

- радіоактивне забруднення та зараження місцевості в разі аварії на АЕС;
- зараження сильнодіючими отруйними речовинами при виникненні аварії на хімічно-небезпечному об'єкті;
- пожежі на об'єктах промислових підприємств;
- стихійні лиха, що спричиняються явищами природи (землетруси, повені, зливи, тощо.)

Про загрозу та виникнення надзвичайних ситуацій радіоактивного, хімічного, бактеріологічного зараження, катастрофічного затоплення та інших видів небезпеки буде оповіщення через засоби масової інформації.

2. До значних руйнувань призводять землетруси силою більше 5 балів. Правила безпечної поведінки під час землетрусу:

- під час землетрусу слід намагатися вийти з будинку;
- у приміщенні не слід залишатися в наріжних кімнатах;
- на відкритому місці слід триматися на безпечній відстані від ліній електропередач, великих будівель, мостів.

Опинившись під завалом у зруйнованому будинку слід:

- покликати на допомогу будь яким способом;
- очікуючи допомоги, необхідно уникати переохолодження;
- якщо ніхто не чує, необхідно спробувати вивільнити руки і ноги;
- обережно самостійно розбирати завал;
- при необхідності, слід надати собі першу допомогу (зупинити кровотечу, зафіксувати зламану кінцівку).

V. БЕЗПЕКА ДОРОЖНЬОГО РУХУ

Поведінка на вулиці, ознайомлення з правилами дорожнього руху.

1. Пішоходи зобов'язані:

- рухатися по тротуарах, пішохідних доріжках, узбіччях, а в разі їх відсутності - по краю проїжджої частини автомобільної дороги чи вулиці;
- перетинати проїжджу частину автомобільної дороги, вулиці по пішохідних переходах, (в разі їх відсутності – по лінії тротуарів і узбіч);
- керуватися сигналами світлофора (переходити тільки на зелене світло для пішохода);
- не зупинятися без потреби на проїжджій частині дороги, на залізничному переїзді;

- не переходити проїжджу частину автомобільних доріг, вулиць, залізничних переїздів безпосередньо перед транспортними засобами, що наближаються,
- не переходити проїжджу частину автомобільних доріг, вулиць, залізничних переїздів поза пішохідними переходами за наявності роздільної смуги;
- утримуватися від переходу проїжджої частини при наближенні транспортного засобу з увімкненим проблісковим маячком та спеціальним звуковим сигналом;
- не виходити на проїжджу частину із-за нерухомого транспортного засобу або іншої перешкоди, що обмежує видимість, не переконавшись у відсутності транспортних засобів, що наближаються;
- здійснювати посадку й висадку лише після повного припинення руху транспортного засобу зі спеціального майданчика, а в разі його відсутності – з тротуару чи узбіччя;
- не відволікати увагу водія від керування транспортним засобом (автобусом, маршрутним таксі);

2. Пішоходи мають право:

- на переважний перетин проїжджої частини по позначених пішохідних переходах;
- за відсутності в зоні видимості переходу чи перехрестя переходити дорогу, вулицю, залізничний переїзд під прямим кутом до краю проїжджої частини на ділянці, де вона добре проглядається з обох сторін;
- вимагати від державних та місцевих органів влади створення необхідних умов для забезпечення безпеки руху.

3. Особа при користуванні велосипедом без двигуна, має право:

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

Особа при користуванні велосипедом без двигуна зобов'язана:

- використовувати технічно справний та належним чином обладнаний велосипед;
- не перевозити вантажів, що заважають керувати;
- не перевозити пасажирів.

VI. ПОБУТОВИЙ ТРАВМАТИЗМ, ПОПЕРЕДЖЕННЯ ТА ДІЇ В РАЗІ НЕЩАСНИХ ВИПАДКІВ У ПОБУТІ

1. Під нещасними випадками в побуті слід розуміти не пов'язані з освітнім процесом травми, зокрема отримані внаслідок заподіяних тілесних ушкоджень іншою особою,

отруєння, самогубства, опіки, обмороження, утоплення, ураження електричним струмом, блискавкою, травми отримані внаслідок стихійного лиха, контакту з тваринами тощо, які призвели до ушкодження здоров'я потерпілих.

2. Факт ушкодження здоров'я внаслідок нещасного випадку встановлює й засвідчує лікувально-профілактичний заклад. Документом, який підтверджує ушкодження здоров'я особи, є листок непрацездатності чи довідка з лікувально-профілактичного закладу. Лікувально-профілактичні заклади, до яких звернулися або були доставлені потерпілі, ведуть реєстрацію нещасних випадків в окремому журналі за встановленою формою.

3. Причинами нещасного випадку можуть бути: події, пов'язані з транспортом, зокрема:

вхід або вихід з транспортного засобу (автомобіля, автобуса, поїзда, тощо);

дорожньо-транспортні пригоди, серед них наїзд або зіткнення транспортних засобів (автомобіля, мото- і вело техніки, поїздів);

– події, пов'язані з дорожньо - будівельною, сільськогосподарською технікою; – події, пов'язані з використанням газу в побуті;

– випадкові падіння потерпілого, зокрема: під час пересування, з висоти, в колодязі, ями, ємності;

– випадкова дія механічних сил, зокрема:

падіння предметів, матеріалів породи,

обвали будівель, споруд та їхніх частин;

– дія предметів та деталей, що рухаються, обертаються, розплітаються;

– ураження електричним струмом, зокрема:

у разі доторкання до лінії електропередачі та обірваних дротів,

у разі перебування на електропостачальних спорудах,

у разі користування побутовими електроприладами;

– вибухи, у тому числі: боеприпасів, вибухових матеріалів;

– вплив екстремальних температур (крім пожеж), що призвели до опіків, теплових ударів чи обморожень;

– пожежа;

– випадкові отруєння зокрема,:

продуктами харчування та безалкогольними напоями,

алкогольними напоями,

наркотичними засобами,

психотропними речовинами, грибами,

ліками, медикаментозними препаратами,

хімічними та отруйними речовинами;

- дія іонізуючого, радіоактивного, електромагнітного випромінювання;
- самогубство, самопошкодження, голодування, виснаження, утоплення,
- вбивство чи нанесення ушкоджень іншою особою;
- використання або контакт з вогнепальною зброєю;
- контакти з тваринами, комахами, отруйними рослинами та іншими представниками фауни і флори;
- техногенне та стихійне лихо, дія сил природи.

4. Попередження та дії в разі нещасних випадків у побуті

4.1 Для уникнення травматизму в побуті слід дотримуватися правил безпеки життєдіяльності, пожежної безпеки, правил дорожнього руху, безпечного поведіння на воді.

4.2. Уникати конфліктних ситуацій, бути стриманим.

4.3. Використовувати справні електроприбори, дотримуватись правил експлуатації електроприладів.

5. Правила безпечної поведінки під час грози:

якщо гроза застала вдома, слід зачинити вікна, вимкнути з розеток електроприлади, не слід виходити з дому;

якщо гроза застала надворі, слід намагатися сховатися в найближчому приміщенні;

не слід ховатися від грози під високим поодиноким деревом, високовольтною лінією електропередач, у річці;

слід відкласти на 15-20 м від себе всі металеві речі;

якщо гроза застала в автомобілі, слід залишитися в ньому.

6. Правила безпечної поведінки в місцях скупчення людей:

збираючись у місця скупчення людей, слід відповідно одягнутися;

на концерти, вистави, змагання слід приходити раніше;

слід сідати на місця поблизу виходу;

після закінчення концерту, вистави, змагання слід зачекати, поки люди вийдуть;

у натовпі слід рухатися разом з усіма, намагатися триматися далі від стін і дверей, до яких можуть притиснути;

при падінні слід підвестися, якщо не вдається, слід згрупуватися, захищати голову руками;

• у випадку ушкодження, отримання травми негайно звернутися за допомогою до оточуючих, викликати швидку медичну допомогу.

VII. ПЕРША ДОЛІКАРСЬКА МЕДИЧНА ДОПОМОГА В РАЗІ НЕЩАСНИХ ВИПАДКІВ

При нещасних випадках дуже важливо до приїзду лікаря своєчасно надати першу долікарську допомогу потерпілому.

1. Схема послідовності дій при наданні першої долікарської допомоги:

1.1. Вивести потерпілого з оточення, де стався нещасний випадок.

1.2. Вибрати потерпілому найбільш зручне положення, що забезпечує спокій.

1.3. Визначити вид травми (перелом, поранення, опік тощо).

1.4. Визначити загальний стан потерпілого, встановити, чи не порушені функції життєво важливих органів.

1.5. Розпочати проведення необхідних заходів:

зупинити кровотечу;

зафіксувати місце перелому;

вжити реанімаційних заходів (оживлення): штучне дихання, зовнішній масаж серця;

обробити ушкоджені частини тіла.

1.6. Одночасно з наданням долікарської допомоги необхідно викликати швидку допомогу або підготувати транспорт для відправки потерпілого до найближчої медичної установи.

1.7. Повідомити адміністрацію університету про те, що трапилося. Важливо знати обставини, за яких сталася травма, умови, які спонукали до її виникнення, та час, годину і навіть хвилини, особливо, коли потерпілий втратив свідомість. У разі різкого порушення або відсутності дихання, зупинки серця негайно зробити штучне дихання, та зовнішній масаж серця і викликати за телефоном 103 швидку медичну допомогу.

2. Надання першої допомоги при ураженні електричним струмом

якнайшвидше звільнити потерпілого від дії струму:

вимкнути рубильник або викрутити запобіжник;

вимкнути мережу живлення.

сухою палицею відкинути від потерпілого провід, який знаходиться під напругою, відтягти потерпілого від електричних проводів, від струмопровідних частини установки.

при напрузі в установках до 1000 В можна взятися за сухий одяг потерпілого, не торкаючись відкритих частин тіла. Слід користуватися гумовими рукавичками або намотати на руку шарф, прогумований плащ і т.п. Рекомендується стати на ізольований предмет (на суху дошку, на згорток сухого спецодягу). У випадку судорожного обхвату потерпілим електричного проводу, який знаходиться під напругою, розгорнути руки потерпілому, відриваючи його від проводу послідовним відгинанням окремих пальців. При цьому працівник, який надає допомогу, повинен бути у діелектричних рукавицях і знаходитися на ізолюючій від землі основі. Якщо потерпілий при свідомості, його кладуть у зручне положення, накривають теплим покривалом і залишають у стані спокою до прибуття лікаря. Якщо після звільнення потерпілого від дії струму він не дихає, потрібно негайно зробити штучне дихання і непрямий (зовнішній) масаж серця. Найбільш ефективним методом штучного дихання є „з рота в рот” або „з рота в ніс”. Робиться це таким чином: стають з лівого боку від потерпілого, підкладають під його потилицю ліву руку, а правою тиснуть на його лоб. Це забезпечить вільну прохідність гортані. Під лопатки потерпілому кладуть валик зі скрученого одягу, а рот витирають від слизу. Зробивши 2-3 глибоких вдихи, особа, яка надає допомогу, вдуває через марлю або хустку повітря із свого рота в рот або ніс потерпілого. При вдуванні повітря через рот особа, яка надає допомогу, закриває пальцями ніс потерпілого; при вдуванні через ніс потерпілому закривають рот. Після закінчення вдування повітря в рот чи ніс потерпілому дають можливість вільного видиху. Частота вдування повітря потерпілому повинна бути 12-13 разів на хвилину. За відсутності в потерпілого дихання й пульсу йому потрібно разом зі штучним диханням робити масаж серця. Робиться це так: потерпілого кладуть на спину на підлогу, звільняють грудну клітку від одягу. Особа, яка надає допомогу, знаходиться з лівого боку від потерпілого, долонями двох рук натискає на нижню частину грудної клітки потерпілого з силою, щоб змістити її на 3-4 см. Після кожного натискування потрібно швидко забирати руки з грудної клітки, щоб дати можливість їй вирівнятися. У такій ситуації операції чергуються. Після 2-3 вдувань повітря роблять 4-6 натискань на грудну клітку. Для перевірки появи пульсу масаж припиняють на 2-3 секунди. Перші ознаки того, що потерпілий приходить до свідомості: поява самостійного дихання, зменшення синюватості шкіри та поява пульсу. Констатувати смерть має право лише лікар.

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

При переломах, вивихах необхідно покласти потерпілого в зручне положення, яке виключає рухи пошкодженої частини тіла. Це досягається шляхом накладання шини, а за її відсутності можна використати палиці, дошки, фанеру тощо. Шина повинна бути накладена так, щоб були надійно іммобілізовані два сусідні з місцем ушкодження суглоби (вище і нижче), а якщо перелом плеча чи стегна, – то три суглоби. Накладають шину поверх одягу або кладуть під неї вату, шарф, рушник тощо. Шина повинна бути накладена так, щоб центр її знаходився на рівні перелому, а кінці накладалися на сусідні суглоби по

обидва боки перелому. Фіксація відкритого перелому вимагає дотримання додаткових умов. З метою попередження забруднення рани, необхідно змастити поверхню шкіри навколо рани йодом, попередньо зупинивши кровотечу, і накласти стерильну пов'язку.

Особливо небезпечні травми хребта. У таких випадках необхідно обережно, не піднімаючи потерпілого, підсунути під його спину дошку, щит, двері тощо. При переломі ребер необхідно міцно забинтувати груди або стягнути їх рушником під час видиху. При ушкодженні тазу обережно стягнути його широким рушником, покласти на тверді ноші, а під зігнуті і розведені колінні суглоби підкласти валик. При переломах і вивихах ключиці у підм'язову западину кладуть вату або інший матеріал, згинають руку в лікті під прямим кутом і прибинтовують її до тулуба. Рука нижче ліктя повинна перебувати в косинці, її підв'язують до шиї.

При переломах і вивихах кисті та пальців рук кисть руки з вкладеним у долоню жмутом вати, бинту (пальці зігнуті) прикладають до шини, яка повинна починатися біля середини передпліччя і закінчуватися біля кінців пальців, і перебинтовують. При розтягу зв'язок суглобів – підняти хвору кінцівку догори, накласти холодний компрес та тісну пов'язку, створити спокій до прибуття лікаря. При ударах забезпечити потерпілому повний спокій, накласти на місце удару холодний компрес. При ударах із синцями не слід класти примочки, місце удару змастити йодом і накласти пов'язку.

4. Перша допомога при опіках, теплових ударах

При наданні першої допомоги при опіках, теплових ударах слід швидко припинити дію високої температури. Це має особливо велике значення при займанні одягу і при опіках рідиною через одяг. У першому випадку необхідно загасити полум'я, негайно накинувши на людину, яка горить, будь-яку цупку тканину і щільно притиснути її до тіла. Тліючий одяг знімають або обливають його водою. При промоканні одягу гарячою водою, його також необхідно облити холодною водою або зірвати. Швидко занурення обпеченого обличчя в холодну воду зменшує біль і тяжкість опіку. Місце опіків кислотами ретельно промивають струменем води протягом 10-15 хв. Обпечене місце промити 5% розчином перманганату калію або 10% розчином питної соди (одна чайна ложка на склянку води). На місце опіку накладають бинт. Місце опіків їдкими лугами (каустичною содою, негашеним вапном) промивають проточною водою протягом 10-15 хв., потім розчином оцтової кислоти. Місце піків накривають марлею. Опіки бувають трьох ступенів. При опіках першого ступеня з'являється почервоніння, припухлість шкіри. Уражені місця обробляють спиртом, прикладають примочки з розчину перманганату калію і забинтовують. При більш тяжких опіках (II і III ступенів) обпечені місця спочатку звільняють від одягу, накривають стерильним матеріалом, зверху накладають шар вати і забинтовують. Після перев'язування потерпілого направляють у лікарню. При опіках не слід розрізати пухирі, видаляти смолисті речовини, що прилипли до обпеченого місця, віддирати шматки одягу, які прилипли до рани. При опіках очей електричною дугою роблять холодні примочки з розчину борної кислоти, потім потерпілого направляють у медичний заклад. При появі різних ознак теплового або сонячного удару потерпілого

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

5. Перша допомога при обмороженні, переохолодженні.

Обмороження виникає при місцевій дії холоду на тіло. Холод, діючи на судини, спричиняє їх звуження, внаслідок цього відбувається недостатнє кровопостачання певної ділянки тіла, що проявляється у зблідненні шкіри. Якщо вчасно не буде надано першу допомогу, то це може спричинити відмирання тканини. Розрізняють три ступені обмороження: I- побіління і втрата чутливості; II - почервоніння і поява „пухирів”; III – омертвіння тканин, які набувають буро-червоного кольору. При обмороженні I ступеня слід розтерти обморожені місця тіла сухою теплою тканиною до почервоніння. При обмороженні II і III ступенів - накласти стерильні сухі пов'язки і забезпечити негайну доставку потерпілого у лікарню. При легкому ступені переохолодження тіло розігрівають розтиранням, дають випити кілька склянок теплої рідини. При середньому і тяжких ступенях – тіло енергійно розтирають вовняною тканиною до почервоніння шкіри, дають багато пити.

6. Перша допомога при отруєнні

Причиною отруєння є проникнення в організм людини різних токсичних речовин. Захворювання починається через 2-3 год. Інколи через 20-26 год. Причиною отруєння оксидом вуглецю (II) є вдихання чадного газу, продуктів горіння, диму. Потерпілому необхідно забезпечити приплив свіжого повітря. Якщо є можливість, – дати подихати киснем. Звільнити потерпілого від одягу, який утруднює дихання, дати понюхати нашатирний спирт. На голову і груди покласти холодний компрес. У разі припинення дихання необхідно зробити штучне дихання. При отруєнні кислотою, якщо нема симптомів, що свідчать про прорив стравоходу або шлунка, потерпілого слід напоїти розчином питної соди, водою. При отруєнні лугом потерпілого поють оцтовою водою, лимонним соком. За наявності підозри на прорив (нестерпний біль за грудною кліткою або в ділянці шлунка) потерпілому не слід нічого давати пити, а негайно транспортувати в лікарню. При харчовому отруєнні потерпілому кілька разів промивають шлунок (примушують випити 1,5-2 л води, а потім викликають блювання подразненням кореня язика) до появи чистих промивних вод. Можна дати 8-10 таблеток активованого вугілля. Потім дають багато чаю, але не їжу. Для зменшення всмоктування отрути слизовою оболонкою шлунково-кишкового тракту потерпілому можна дати розведені крохмаль або молоко. Щоб запобігти зупинці дихання й кровообігу, необхідне постійне спостереження за потерпілим.

7. Надання першої допомоги при пораненні й кровотечі

Перша допомога при пораненні й кровотечі зводиться до обережного накладання на рану індивідуального пакета. При цьому мити рану водою, змивати кров з рани забороняється. Якщо індивідуального пакета немає, для перев'язування використовуйте чисту носову хустинку. У цьому випадку приготувану для перев'язування тканину змочіть йодом так, щоб 14 пляма йоду трохи перебільшувала розміри рани. При кровотечі необхідно підняти поранену кінцівку, закрити рану перев'язувальним матеріалом і притиснути ділянку біля неї на 4-5 хв., не торкаючись рани пальцем. Після цього рану треба забинтувати. Якщо кровотеча продовжується, слід вдатися до здавлювання кровоносних судин за допомогою згинання кінцівки в суглобах, притискування кровоносних судин пальцями, джгутом чи закруткою. При накладанні джгута спочатку місце накладання обгортають м'яким матеріалом (тканиною, ватою тощо). Потім джгут розтягують і туго перетягують ним попередньо обгорнуту ділянку кінцівки доти, поки не припиниться кровотеча. За відсутності гумової трубки або стрічки, що розтягується, замість джгута застосовують інші матеріали (мотузку, ремінь, рушник тощо). Такий джгут зав'язують вузлом на зовнішньому боці кінцівки і використовують як закрутку. У вузол просувають важіль (паличку, металевий стержень), яким закручують закрутку до припинення кровотечі. Через 1 годину після накладання джгута його попускають на 5-10 хв., щоб не виникла небезпека омертвіння знекровленої кінцівки. При пораненні великих судин шиї і верхньої частини грудної клітки джгут не накладається, кровотеча зупиняється натисканням пальця на поранену судину в самому місці поранення. При великій кровотечі необхідно терміново викликати лікаря.

Т.в.о. начальника відділу ОП та ПБ

ПОГОДЖЕНО
Юрисконсульт



Оксана ЖИТНЯ

Анастасія БАРАНЧУК