



МИНИСТЕРСТВО ТРАНСПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ТРАНСПОРТА
РУТ (МИИТ)



Транспортный
университет

ВВОДНЫЙ ИНСТРУКТАЖ

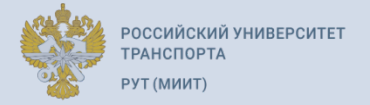
СЛУЖБА ОХРАНЫ ТРУДА, ЭКОЛОГИИ И УПРАВЛЕНИЯ
ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМИ РИСКАМИ ауд.1304/1305



ОХРАНА ТРУДА – 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.

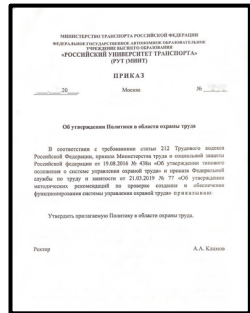


МИНИСТЕРСТВО ТРАНСПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ТРАНСПОРТА
РУТ (МИИТ)

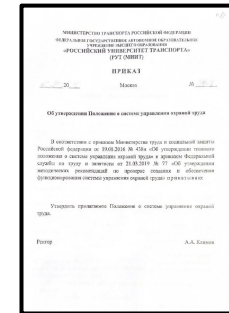
Основа охраны труда в РУТ(МИИТ):



Политика в области охраны труда

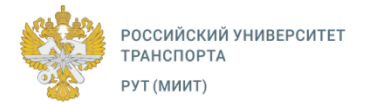


Требования законодательства РФ в области охраны труда



Требования Положения Системы управления охраной труда

ПОЛИТИКА РУТ(МИИТ) В СФЕРЕ ОХРАНЫ ТРУДА



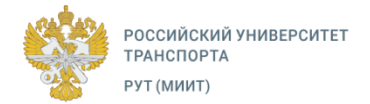
✓ Политика в области охраны труда строится на основании **риск-ориентированного подхода** к обеспечению безопасности жизни и здоровья работников в рамках системы управления охраной труда и распространяются на все подразделения.

✓ Основа любого вида профессиональной деятельности – **забота о безопасности жизни и здоровья людей.**

✓ **Основная цель** политики – сохранение физического и психологического здоровья всех работников посредством обеспечения безопасного труда в комфортных условиях.



ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ ПОЛИТИКИ



Сохранение жизни и здоровья работников в процессе их трудовой деятельности



Обеспечение безопасных условий труда, управление рисками производственного травматизма и профессиональной заболеваемости



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



Включает обязательства работодателя по устранению опасностей и снижению уровней профессиональных рисков на рабочих местах



Учитывает мнение выборного органа первичной профсоюзной организации или иного уполномоченного работниками органа (при наличии)



Включает обязательство работодателя совершенствовать СУОТ



Отражает цели в области охраны труда

ИНФОРМАЦИЯ О РАСПОЛОЖЕНИИ ОСНОВНЫХ СЛУЖБ РУТ (МИИТ)



МИНИСТЕРСТВО ТРАНСПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ТРАНСПОРТА
РУТ (МИИТ)

1

УНИВЕРСИТЕТ ПОСТУПЛЕНИЕ ОБУЧЕНИЕ НАУКА

Страница для поступающих
Самая важная информация в одном месте

План приёма, рейтинг
Список, сроки, условия сдачи

Приёмная комиссия
Принять заявку, льготы, контакты и другое

Стоимость обучения

Часто задаваемые вопросы

Школьникам

Аспирантура и докторантура

Приним на обучение иностранных граждан

Для открытых дверей

Олимпиады и конкурсы

Университетские субботы

Дополнительное профессиональное образование

Образовательные программы

Начало в 10:00
Пройдите регистрацию

Службы Управления кадрами

Как подать документы

Контакты приёмной комиссии

Личный кабинет

2

Транспортный университет

Службы Управления кадрами

Российского университета транспорта

Связаться со специалистом

Новому сотруднику

Прием на работу

Перевод

Отпуск

Увольнение

3

Транспортный университет

Новому сотруднику

Здравствуйте!

Добро пожаловать в команду! Мы рады приветствовать Вас в РУТ (МИИТ).

Этот сервис ответит на Ваши вопросы и поможет сориентироваться на новом месте. Здесь Вы найдете информацию по организационным вопросам (отпуска, больничные, выплата зарплаты), про офисные дела (графики, обеды) и про техническое оснащение. Чтобы было легче запомнить коллег, и чем они занимаются, посмотрите список сотрудников и структуру университета.

Карта университета

Ознакомьтесь с локальными нормативными актами университета

Ознакомьтесь с правилами внутреннего трудового распорядка

Структура организации

Телефонный справочник

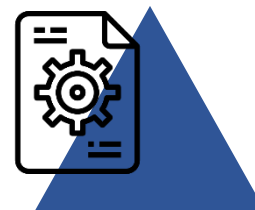
Заработная плата

РАБОЧЕЕ МЕСТО



РАБОЧЕЕ МЕСТО

та обстановка, в которой работник осуществляет свою трудовую функцию, которая прямо или косвенно находится под контролем работодателя.



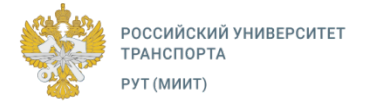
КАЖДЫЙ ВИД РАБОЧЕГО МЕСТА И ДОЛЖНОСТЬ В РУТ (МИИТ)

имеет особые требования к организации рабочего места, указанные в инструкциях по охране труда для конкретной должности и оборудования.

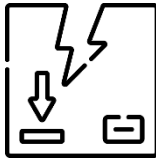
ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ:

- оборудование опасных для работающего зон необходимыми ограждениями, защитными устройствами приспособлениями;
- надлежащее общее и местное освещение;
- вентиляция;
- соответствующая температура воздуха;
- устранение помех в выполнении рабочих операций;
- взаимное расположение и компоновка рабочих мест должны обеспечивать безопасный доступ занятых на них работников на каждое рабочее место и возможность быстрой эвакуации работников при возникновении аварийной или иной чрезвычайной ситуации;
- исключение или снижение механического, электрического, температурного, химического воздействия на работника;
- защитные средства должны обеспечивать безопасность, эффективность, не создавать неудобства работнику.

ТРЕБОВАНИЯ К РАБОЧЕМУ МЕСТУ



Рабочее место необходимо содержать в чистоте в течение всего рабочего времени.



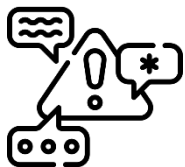
При обнаружении повреждений и неисправностей персональных компьютеров, периферийных устройств, средств оргтехники, мебели, приспособлений, электропроводки и других кабелей, электророзеток, электровыключателей, светильников, кондиционеров не включать оборудование, не приступать к работе, сообщить своему руководителю.



Полы на рабочих местах и в проходах к ним должны быть без выбоин, сухими, нескользкими и чистыми.



На рабочем месте не должно быть ничего лишнего, мешающего работе.



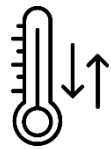
В случае возникновения аварийной ситуации следует оповестить об опасности окружающих и действовать в соответствии с планом ликвидации аварий.

МИКРОКЛИМАТ



Микроклимат помещения - состояние внутренней среды помещения, оказывающее воздействие на человека, характеризуемое показателями температуры воздуха и ограждающих конструкций, влажностью и подвижностью воздуха.

ПАРАМЕТРЫ МИКРОКЛИМАТА НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ:



температура воздуха



скорость движения воздуха



температура поверхностей



интенсивность теплового облучения

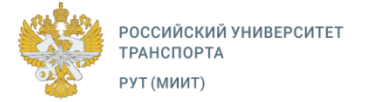


Относительная влажность воздуха

СРЕДСТВА ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ САНИТАРНОЙ И ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ



МИНИСТЕРСТВО ТРАНСПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ТРАНСПОРТА
РУТ (МИИТ)



Все работники должны соблюдать правила личной гигиены.



Прием пищи должен производиться в специально отведенных для этого местах (столовых, буфетах). В каждом учебном корпусе за исключением ГУК-5 имеются столовые, либо кафе-столовые, либо торговые точки.

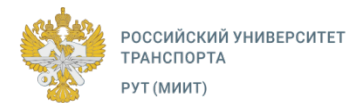
ДЛЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ САНИТАРНО-БЫТОВЫХ УДОБСТВ РАБОТАЮЩИХ В РУТ (МИИТ) ОБОРУДОВАНЫ:

- гардеробы (шкафы, вешалки и др.) для хранения одежды и личных предметов, душевые, умывальники;
- помещения для личной гигиены;
- ответственность за соблюдение правил личной гигиены и содержание рабочего места в надлежащем состоянии несет каждый работник РУТ (МИИТ).

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ РАБОТНИКОВ НА ТЕРРИТОРИИ РУТ(МИИТ) В ПОМЕЩЕНИЯХ



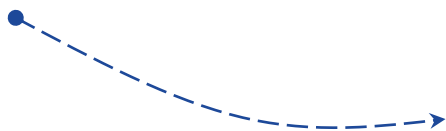
МИНИСТЕРСТВО ТРАНСПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ТРАНСПОРТА
РУТ (МИИТ)

1

Соблюдение правил внутреннего распорядка университета, правил и инструкций по охране труда, инструкций по эксплуатации машин и оборудования.



2

Обеспечение безопасности от несанкционированных действий персонала и посторонних лиц.

3

Соблюдать требования инструкции по охране труда для сотрудников и обучающихся при передвижении по территории и помещениям университета. При входе и выходе из помещений университета спокойно открывать (закрывать) входные двери, без рывков, опасаясь причинить возможные травмы.



4

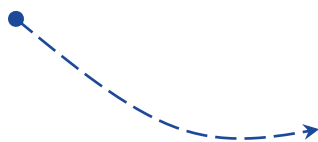
Запрещено загромождать проходы к пультам управления, рубильникам, пути эвакуации и другие проходы материалами, оборудованием, инструментами, приспособлениями.



5

Соблюдение требований безопасности при выполнении работником своих обязанностей, действий, которые запрещены работнику во время выполнения работы.

Требования охраны труда, обязательные к выполнению работником, до начала работы, во время работы, после работы.



6

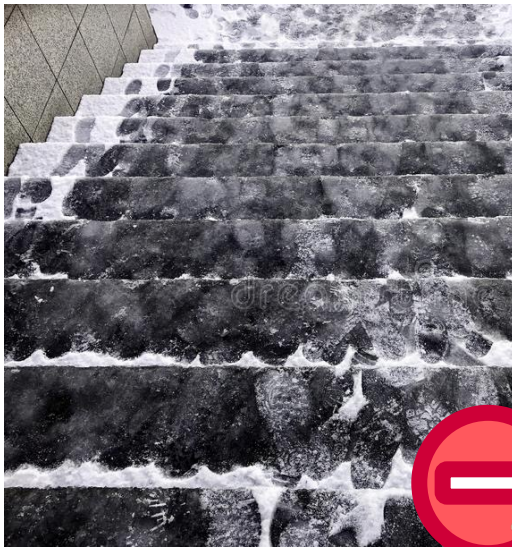
Правильно применять коллективные и индивидуальные средства защиты.

ОПАСНОСТИ И ИСТОЧНИКИ РИСКОВ, ДЕЙСТВУЮЩИЕ НА ВСЕХ РАБОТНИКОВ, НАХОДЯЩИХСЯ НА ТЕРРИТОРИИ ОРГАНИЗАЦИИ:



*** О любой опасности, произошедших несчастных случаях, сообщайте руководству или в службу охраны труда, экологии и управления профессиональными рисками!**

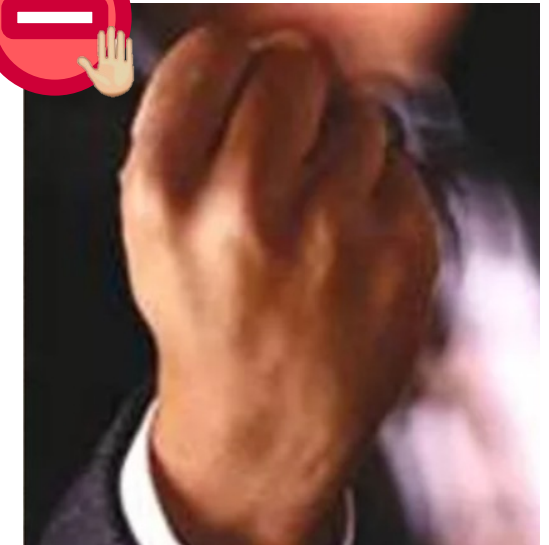
ОПАСНОСТЬ ПАДЕНИЯ ИЗ-ЗА ПОТЕРИ РАВНОВЕСИЯ, В ТОМ ЧИСЛЕ ПРИ СПОТЫКАНИИ ИЛИ ПОСКАЛЬЗЫВАНИИ, ПРИ ПЕРЕДВИЖЕНИИ ПО СКОЛЬЗКИМ ПОВЕРХНОСТЯМ ИЛИ МОКРЫМ ПОЛАМ



ОПАСНОСТЬ ПОРАЖЕНИЯ ЭЛЕКТРИЧЕСКИМ ТОКОМ

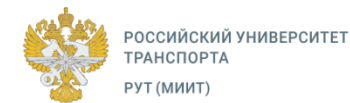


ДВИЖУЩИЕСЯ ТРАНСПОРТНЫЕ СРЕДСТВА (ВЫЕЗД АВТОМОБИЛЯ ИЗ-ЗА УГЛА ЗДАНИЯ, ЧЕРЕЗ ШЛАГБАУМ И ВЪЕЗД ЧЕРЕЗ НЕГО)



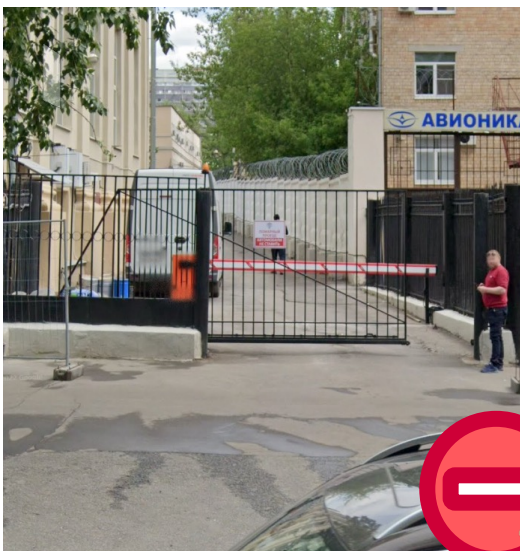
НАСИЛИЕ ОТ ВРАЖДЕБНО-НАСТРОЕННЫХ РАБОТНИКОВ/ТРЕТЬИХ ЛИЦ (ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ И ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ РИСК)

ОПАСНОСТИ И ИСТОЧНИКИ РИСКОВ, ДЕЙСТВУЮЩИЕ НА ВСЕХ РАБОТНИКОВ, НАХОДЯЩИХСЯ НА ТЕРРИТОРИИ ОРГАНИЗАЦИИ:



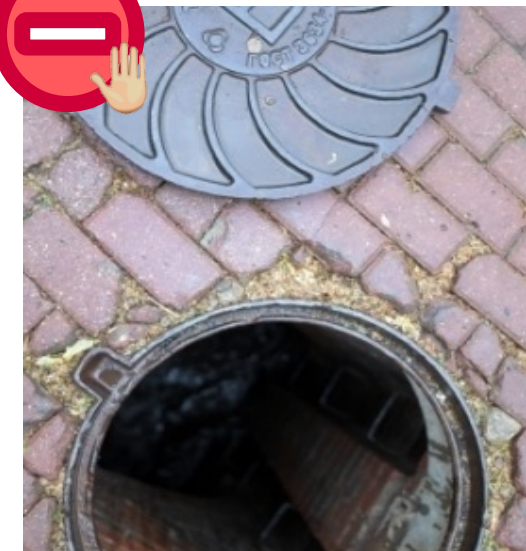
*** О любой опасности, произошедших несчастных случаях, сообщайте руководству или в службу охраны труда, экологии и управления профессиональными рисками!**

ПОДВИЖНЫЕ ЧАСТИ ШЛАГБАУМА,
ВОРОТ (НЕ СТОЙТЕ ПОД СТРЕЛОЙ
ШЛАГБАУМА)



НЕДОСТАТОЧНАЯ
ОСВЕЩЁННОСТЬ
ТЕРРИТОРИИ

ПЕРЕНОСКА (ПЕРЕВОЗКА)
ПРЕДМЕТОВ, ОТВЛЕКАЮЩИХ
ВНИМАНИЕ РАБОТАЮЩИХ И
ОБУЧАЮЩИХСЯ ИЛИ
ОГРАНИЧИВАЮЩИХ ОБЗОР ПУТИ



НЕ ОГОРОЖЕННЫЕ ОТКРЫТЫЕ
КОЛОДЦЫ ИЛИ ГЛУБОКИЕ ЯМЫ

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ

*** О любой опасности, произошедших несчастных случаях, сообщайте руководству или в службу охраны труда, экологии и управления профессиональными рисками!**

НИКОГДА НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ СТУЛ, КРЕСЛО, ДИВАН И ДРУГИЕ ПОДРУЧНЫЕ ПРЕДМЕТЫ, ЧТОБЫ ДОСТАТЬ ДО ЧЕГО-ЛИБО



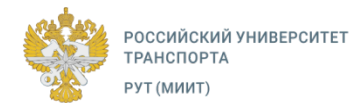
НА СТЕЛЛАЖАХ ЛЕГКИЕ ПРЕДМЕТЫ ХРАНИТЕ НАВЕРХУ, А ТЯЖЕЛЫЕ ВНИЗУ



НЕ ЗАГРОМОЖДАЙТЕ ПРОХОДЫ И ЛЕСТНИЧНЫЕ ПРОЛЕТЫ, А ТАКЖЕ ДОСТУП К ПРОТИВОПОЖАРНОМУ ОБОРУДОВАНИЮ



ЧТО МОЖЕТ СТАТЬ ПРИЧИНОЙ НЕСЧАСТНОГО СЛУЧАЯ?



Падения, поскользывания, спотыкания

Падение небольших объектов

Перемещение грузов вручную

Состояние зданий или покрытий

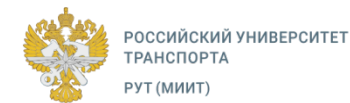
Поражение электрическим током

Нарушение требований охраны труда в университете

Захламленность рабочего места



ПРИЗНАКИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЕВ, СВЯЗАННЫХ С ПРОИЗВОДСТВОМ



Пострадавший непосредственно исполнял свои трудовые обязанности

Несчастный случай произошел в рабочее время (включая перерывы)

Несчастный случай произошел на территории работодателя (в т.ч. при использовании транспорта работодателя)

Пострадавший следовал к месту служебной командировки и обратно (на общественном транспорте или транспорте, предоставленном работодателем)

Ваша обязанность – незамедлительно сообщать своему непосредственному руководителю о ЛЮБЫХ несчастных случаях, которые произошли с вами, с вашими коллегами или со студентами при любом ухудшении состояния здоровья.

О КАКИХ ТРАВМАХ НУЖНО СООБЩАТЬ

Расследованию подлежат несчастные случаи, в результате которых пострадавшими были получены:

- телесные повреждения(травмы), в том числе нанесенные другим лицом;
- тепловой удар;
- ожог или обморожение;
- отравление;
- утопление;
- поражение электрическим током, молнией, излучением;
- укусы и другие повреждения, нанесенные животными;
- травмы из-за взрывов, аварий, разрушения зданий и конструкций, стихийных бедствий и пр.

Потеря временной или стойкой трудоспособности на период более чем 1 день.
Больничный лист необходим хотя бы на 1 день.



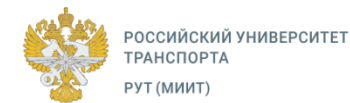
Микротравма

Это поверхностное нарушение целостности кожи или слизистых:

- ссадины;
- кровоподтеки;
- ушибы мягких тканей;
- поверхностные раны и др. повреждения.

Микротравма не влечет за собой утраты трудоспособности.
Больничный лист в этом случае не оформляется.

ДЕЙСТВИЯ ПРИ НЕСЧАСТНОМ СЛУЧАЕ И ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ



Если вы стали свидетелем или участником **НЕСЧАСТНОГО СЛУЧАЯ**, Вам необходимо

Вызвать скорую помощь по номеру 112/103 и по возможности оказать первую помощь

Немедленно сообщить о произошедшем непосредственному руководителю или в Службу охраны труда, экологии и управления профессиональными рисками

Действовать в аварийной ситуации нужно с обязательным соблюдением мер личной безопасности

Если вы стали свидетелем **АВАРИЙНОЙ СИТУАЦИИ**, Вам необходимо



При обнаружении пожара или признаков горения (задымление, запах гари, повышение температуры и т.п.) необходимо немедленно уведомить об этом пожарную охрану и сообщить руководству

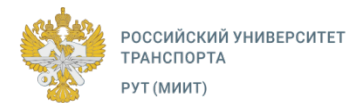
Организованно вывести обучающихся согласно плану эвакуации в безопасное место.

При необходимости позвонить в службу спасения по телефону 112 и вызвать скорую помощь по телефону 103

ДОПУСТИМАЯ МАССА ПОДНИМАЕМОГО И ПЕРЕМЕЩАЕМОГО ГРУЗА (ТЯЖЕСТЕЙ) ВРУЧНУЮ



МИНИСТЕРСТВО ТРАНСПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ТРАНСПОРТА
РУТ (МИИТ)

Разовый подъем тяжестей (без перемещения)

не более 15 кг

не более 50 кг

Подъем и перемещение тяжестей при чередовании с другой работой (до 2 раз в час)

10 кг

30 кг

Подъем и перемещение тяжестей постоянно в течение рабочей смены/дня

7 кг

15 кг

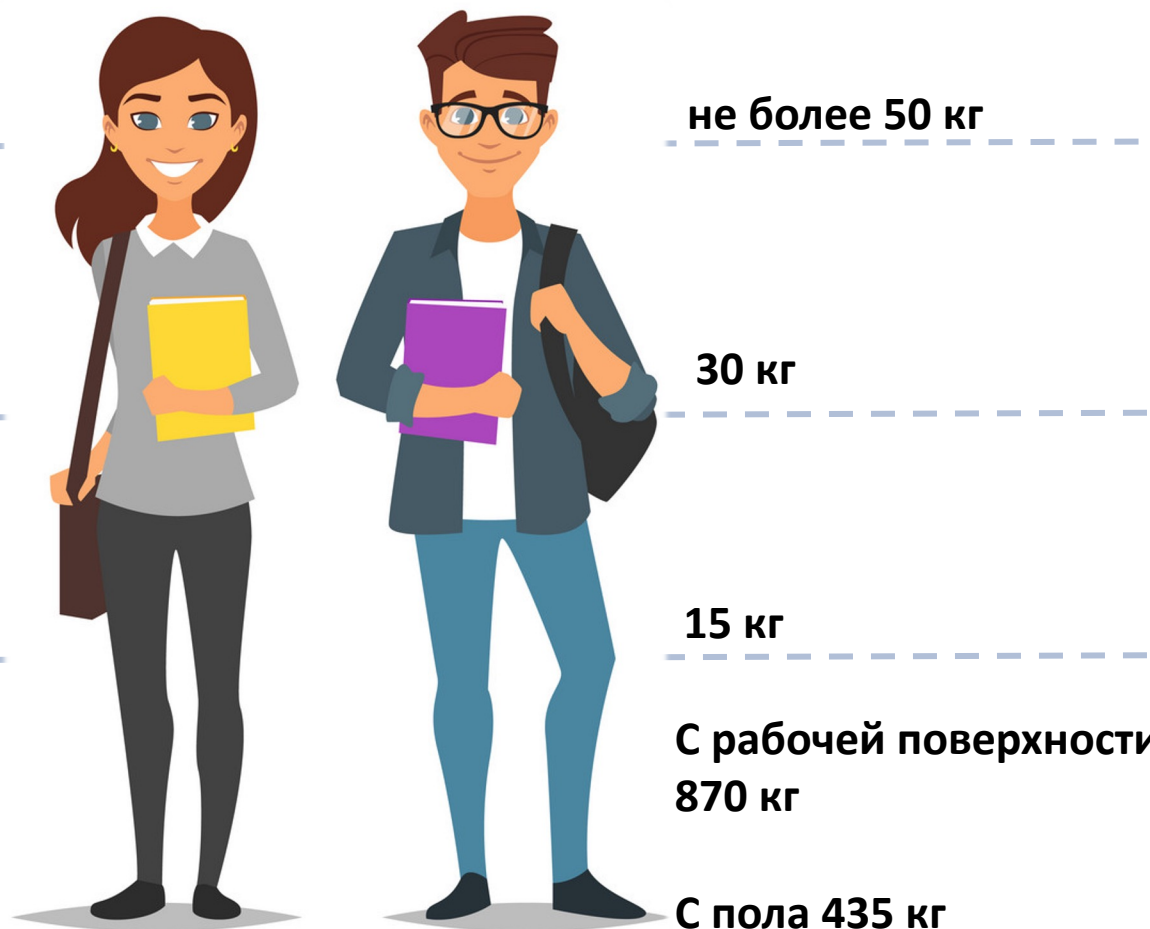
Суммарная масса грузов, перемещаемых в течение каждого часа рабочего дня (смены)

С рабочей поверхности
350 кг

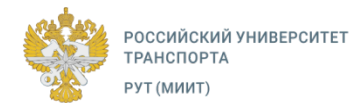
С рабочей поверхности
870 кг

С пола 175 кг

С пола 435 кг



БЕЗОПАСНЫЕ ПРИЕМЫ ПОДНЯТИЯ ГРУЗА (ТЯЖЕСТЕЙ) С ПОЛА



1. Согните колени и присядьте, старайтесь держать голову прямо.
2. При подъеме груза необходимо задействовать мышцы ног и рук, а не спины. Это позволит уменьшить нагрузку на позвоночник.
3. Постарайтесь держать груз ближе к телу, не держите тяжелые предметы на вытянутых руках.



ПРАВИЛА ПРИ ПЕРЕМЕЩЕНИИ ТЯЖЕСТЕЙ ВРУЧНУЮ

- Соблюдайте нормы поднятия грузов (тяжестей), установленные для мужчин и женщин.
- Распределяйте нагрузку при перемещении грузов (задействуйте обе руки).
- Старайтесь по возможности механизировать перемещение грузов (тяжестей), используйте ручные тележки.
- Будьте особенно внимательны при движении с грузом (тяжестями). Не отвлекайтесь на посторонние дела.
- По возможности используйте перчатки при работе с коробками во избежание порезов.
- Если вам предлагают помощь – не отказывайтесь!

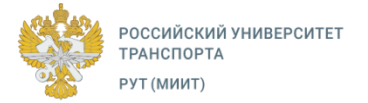


Внимание!
Полезные советы!

ОСОБЕННОСТИ ТРУДА ЖЕНЩИН



МИНИСТЕРСТВО ТРАНСПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ТРАНСПОРТА
РУТ (МИИТ)

Запрещаются направление в служебные командировки, привлечение к сверхурочной работе, работе в ночное время, выходные и нерабочие праздничные дни беременных женщин.

Привлечение женщин, имеющих детей в возрасте до трех лет, к работе в выходные и нерабочие праздничные дни допускается только в случае, если такая работа не запрещена им по медицинским показаниям



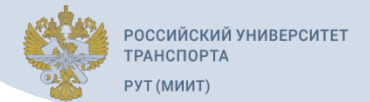
Направление в служебные командировки, привлечение к сверхурочной работе, работе в ночное время, выходные и нерабочие праздничные дни женщин, имеющих детей в возрасте до трех лет, допускается только с их письменного согласия и при условии, что это не запрещено им медицинскими рекомендациями

Беременным женщинам в соответствии с медицинским заключением и по их заявлению снижаются нормы выработки, нормы обслуживания либо эти женщины переводятся на другую работу, исключающую воздействие неблагоприятных производственных факторов, с сохранением среднего заработка по прежней работе

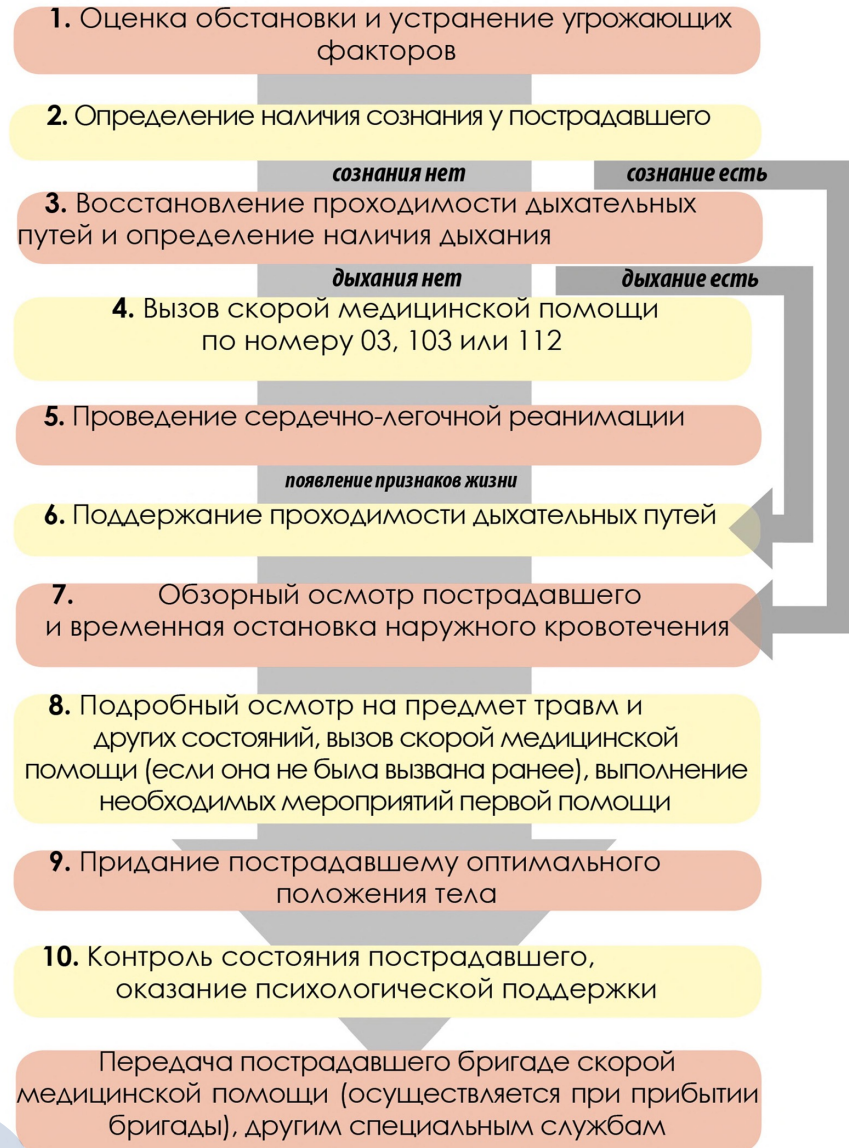
Ограничивается применение труда женщин на тяжелых работах и на работах с вредными условиями труда

ПЕРЕЧЕНЬ СОСТОЯНИЙ, ПРИ КОТОРЫХ ОКАЗЫВАЕТСЯ ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

- Отсутствие сознания.
- Остановка дыхания и кровообращения.
- Наружные кровотечения.
- Инородные тела верхних дыхательных путей.
- Травмы различных областей тела.
- Ожоги, эффекты воздействия высоких температур, теплового излучения.
- Отморожение и другие эффекты воздействия низких температур.
- Отравления.



УНИВЕРСАЛЬНЫЙ АЛГОРИТМ ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ



МИНИСТЕРСТВО ТРАНСПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ТРАНСПОРТА
РУТ (МИИТ)

Универсальный алгоритм оказания первой помощи



1. Определить наличие угрожающих факторов для собственной жизни и здоровья.

2. Оценить наличие сознания у пострадавшего. Если у пострадавшего присутствует сознание – см. п. № 7 и далее.



3. Определить наличие дыхания. При наличии дыхания – см. п. №6 и далее. При отсутствии – см. п. № 4 и далее.

4. Привлекая помощников (или самостоятельно), осуществить вызов скорой медицинской помощи по номерам 103 или 112.



5. Одновременно с вызовом скорой медицинской помощи (если вызывает помощник) или после вызова (если вызов осуществляется самостоятельно) начать проведение сердечно-легочной реанимации (30 надавливаний на грудную клетку чередуются с 2 вдохами).

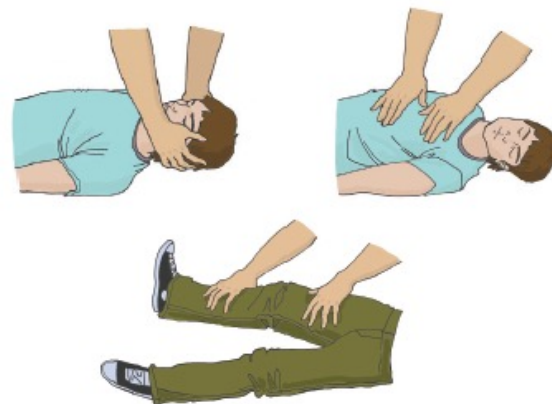


6. Если у пострадавшего появились признаки жизни, и он дышит самостоятельно, следует поддерживать проходимость дыхательных путей (придание устойчивого бокового положения).



7. Провести обзорный осмотр пострадавшего на наличие признаков кровотечения. В случае кровотечения – осуществить остановку доступными способами.

8. При отсутствии явных признаков кровотечения выслушать жалобы пострадавшего, а также осуществить его подробный осмотр.



9. Придать пострадавшему оптимальное положение тела в зависимости от его состояния и характера имеющихся травм.



10. До приезда скорой медицинской помощи контролировать состояние пострадавшего, оказывать ему психологическую поддержку.

Передать пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи или сотрудникам других специальных служб.

Способы извлечения и перемещения пострадавшего

Извлечение пострадавшего

Одним из вариантов обеспечения безопасных условий для оказания первой помощи является экстренное извлечение пострадавшего из автомобиля или труднодоступного места и перемещение его в безопасное место (удаление из опасной зоны).



При извлечении из автомобиля пострадавшего, находящегося в сознании, руки участника оказания первой помощи проводятся под мышками пострадавшего, фиксируют его предплечье, после чего пострадавший извлекается наружу.

При извлечении пострадавшего, находящегося без сознания или с подозрением на травму шейного отдела позвоночника, одна из рук участника оказания первой помощи фиксирует за нижнюю челюсть голову пострадавшего, а вторая держит его противоположное предплечье.



Перемещение пострадавшего



Перемещение пострадавшего, находящегося в сознании в одиночку с поддержкой.

Перемещение пострадавшего, имеющего значительный вес, на близкое расстояние в одиночку волоком. Нежелательно использовать у пострадавших с травмами нижних конечностей.



Переноска пострадавшего с небольшим весом в одиночку на спине. Не применяется для переноски пострадавших, находящихся без сознания.

Переноска пострадавшего на руках. Нежелательно переносить пострадавших с подозрением на травму позвоночника.



Переноска пострадавшего в одиночку на плече. Не применяется при переноске пострадавших с травмами груди, живота, позвоночника.

Переноска пострадавшего вдвоем на замке из четырех рук. Руки берутся таким образом, чтобы обхватить запястье другой руки и руки помощника. Фиксация кистей должна быть достаточно прочной, чтобы удержать пострадавшего.



После формирования «замка» пострадавший усаживается на него, после чего его поднимают и переносят. Пострадавший может держаться за плечи помощников.



Переноска пострадавшего вдвоем на замке из трех рук с поддержкой под спину. Один из помощников располагает свою руку на плече у другого участника оказания помощи. На эту руку пострадавший может опираться при переноске. Таким образом осуществляется переноска пострадавших, у которых есть риск потери сознания или пострадавших, которые не могут удержаться на замке из четырех рук.



Переноска пострадавшего вдвоем за руки и ноги.



Переноска пострадавшего на мягких носилках.

Переноска пострадавшего с подозрением на травму позвоночника.



Фиксация головы и шеи пострадавшего с подозрением на травму позвоночника предплечьями при его переноске.

Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения

Основные признаки жизни у пострадавшего

Для того, чтобы определиться с необходимыми действиями по оказанию первой помощи, следует выяснить, имеются ли у пострадавшего признаки жизни. К основным и наиболее просто определяемым признакам жизни относятся сознание и дыхание.

Способы проверки сознания, дыхания, кровообращения у пострадавшего

Определение наличия сознания у пострадавшего

Для проверки сознания – аккуратно потормошить пострадавшего за плечи и громко спросить: «Что с Вами? Нужна ли Вам помощь?».



При отсутствии сознания необходимо привлечь помощника.

Для восстановления проходимости дыхательных путей у пострадавшего следует одну руку положить на лоб пострадавшего, двумя пальцами другой взять за подбородок и запрокинуть голову.



Для проверки дыхания надо поднести щеку и ухо ко рту и носу пострадавшего и в течение 10 сек.:
- послушать дыхание ухом;
- почувствовать дыхание щекой;
- посмотреть на движения грудной клетки.

При отсутствии дыхания - поручить помощнику вызвать скорую медицинскую помощь: «Человек не дышит. Вызывайте «скорую». Сообщите мне, что вызвали».

Алгоритм проведения сердечно-легочной реанимации

1. Оценка обстановки и устранение угрожающих факторов

2. Проверка сознания

3. Проверка дыхания

4. Вызов скорой медицинской помощи по номерам 103 или 112

5. Проведение сердечно-легочной реанимации (30 надавливаний с частотой 100-120 в минуту чередуются с 2 вдохами)

6. Поддержание проходимости дыхательных путей при проявлении признаков жизни (устойчивое боковое положение)

Техника проведения давления на грудину пострадавшего и искусственного дыхания

Надавливания на грудную клетку производятся в передне-заднем направлении перпендикулярно плоскости тела пострадавшего выпрямленными в локтях руками на глубину 5 – 6 см с частотой 100 - 120 надавливаний в минуту.



30 надавливаний на грудину чередуются с 2-мя вдохами искусственного дыхания, для чего следует открыть дыхательные пути, зажать нос пострадавшего, плотно обхватить губы пострадавшего своими губами и выполнить выдох в рот пострадавшего не дольше 1 секунды до начала подъема грудной клетки.



Показания к прекращению сердечно-легочной реанимации

Сердечно-легочную реанимацию можно прекратить в следующих случаях:

1. Появление у пострадавшего явных признаков жизни.
2. Прибытие бригады скорой медицинской помощи.
3. Невозможность продолжения сердечно-легочной реанимации ввиду физической усталости.

Мероприятия, выполняемые после прекращения сердечно-легочной реанимации

В случае появления признаков жизни необходимо обеспечить поддержание проходимости дыхательных путей (в т. ч. приданием устойчивого бокового положения), провести обзорный осмотр пострадавшего на наличие кровотечений и подробный осмотр на наличие травм и других состояний, угрожающих жизни и здоровью (при необходимости – выполнить необходимые мероприятия по оказанию первой помощи) и осуществлять контроль признаков жизни до прибытия скорой медицинской помощи или других специальных служб. В течение этого времени следует контролировать состояние пострадавшего, оказывать ему психологическую поддержку.

Оказание первой помощи при наружных кровотечениях

Принципы остановки интенсивного кровотечения

1. При наличии интенсивного кровотечения в первую очередь осуществляется прямое давление на рану (в перчатках или через ткань).
2. В случае если прямое давление на рану невозможно, опасно или будет явно неэффективно (инородное тело в ране, открытый перелом с выступающими в рану костными отломками), накладывается давящая повязка (в т.ч. с фиксацией инородного тела) и/или кровоостанавливающий жгут.
3. При обширном повреждении конечности, ее разрушении или отрыве следует немедленно наложить кровоостанавливающий жгут. Давящая повязка с целью остановки кровотечения не используется.
4. Если кровотечение не останавливается при прямом давлении на рану, выше раны накладывается кровоостанавливающий жгут.
5. Если кровотечение остановлено прямым давлением на рану, следует наложить давящую повязку. Если давящая повязка неэффективна, следует наложить жгут.
6. При отсутствии возможности наложения давящей повязки или жгута следует продолжать прямое давление на рану до оказания медицинской помощи.
7. Сразу после временной остановки кровотечения следует связаться со службой скорой медицинской помощи по телефону 112, 103 и следовать инструкциям диспетчера.
8. Относительно безопасный срок наложения жгута на конечность составляет 2 часа, независимо от температуры окружающей среды. Снятие жгута, находящегося на конечности более 2 часов, вне медицинской организации не рекомендуется.
9. При отсутствии возможности связаться с диспетчером следует, по возможности, самостоятельно транспортировать пострадавшего либо до ближайшей медицинской организации, либо до появления технической возможности вызова скорой медицинской помощи. При ожидаемом сроке оказания медицинской помощи более 2 часов, особенно в случае наложенного жгута, следует получить инструкции от диспетчера скорой медицинской помощи о порядке действий. Снятие жгута лицом, не имеющим специальной медицинской подготовки, не рекомендуется.
10. В случае очевидной задержки эвакуации (более 2 часов), подготовленными лицами может быть осуществлена попытка ослабления жгута через 1-1,5 ч от момента его

наложения при постоянном прямом давлении на рану. При возобновлении кровотечения следует немедленно затянуть жгут.

11. Доставка пострадавших в медицинскую организацию не должна проводиться без сопровождения. Необходим постоянный контроль за эффективностью примененных способов остановки кровотечения.

Примечание.

Во всех случаях остановки кровотечения, особенно из ран тех локализаций, остановка кровотечения из которых с помощью жгута затруднена, возможна предварительная тампонада раны местным гемостатическим средством подготовленными лицами, если таковое имеется в наличии.

Способы временной остановки наружного кровотечения

Прямое давление на рану



На область раны, покрытую стерильными салфетками, стерильным бинтом или подручным материалом, осуществляется давление рукой с силой, достаточной для остановки кровотечения.

Наложение давящей повязки

На рану следует положить стерильные салфетки из укладки, бинт должен раскатываться по ходу движения, по окончании наложения повязку следует закрепить, завязав свободный конец бинта вокруг конечности.



Наложение кровоостанавливающего жгута (на примере жгута типа Эсмарха)

1. Жгут следует накладывать только при кровотечении из плечевой или бедренной артерии.
2. Жгут необходимо накладывать между раной и сердцем, максимально близко к ране. Если место наложения жгута приходится на среднюю треть плеча и на нижнюю треть бедра, следует наложить жгут выше.



3. Жгут на голое тело накладывать нельзя, только поверх одежды или тканевой (бинтовой) прокладки.
4. Перед наложением жгут следует завести за конечность и растянуть.
5. Кровотечение останавливается первым растянутым туром жгута, все остальные - фиксирующие.
6. Жгут не должен быть закрыт повязкой или одеждой, т.е. должен быть на виду.
7. Точное время наложения жгута следует указать в записке, записку поместить под жгут.
8. Максимальное время нахождения жгута на конечности не должно превышать **60 минут** в теплое время года и **30 минут** в холодное.
9. После наложения жгута конечность следует обездвижить (иммобилизировать) и укутать (термоизолировать) доступными способами.
10. Если максимальное время наложения жгута истекло, а медицинская помощь недоступна, следует сделать следующее:
 - а) Осуществить пальцевое прижатие артерии выше жгута.
 - б) Снять жгут на 15 минут.
 - в) По возможности выполнить лёгкий массаж конечности, на которую был наложен жгут.
 - г) Наложить жгут чуть выше предыдущего места наложения.
 - д) Максимальное время повторного наложения – 15 минут.

Оказание первой помощи при травмах

Подробный осмотр пострадавшего на наличие травм



Осмотр головы Осмотр шеи Осмотр груди и спины Осмотр живота Осмотр рук Осмотр ног

Травмы головы, оказание первой помощи

Придание пострадавшему с травмой головы и находящемуся без сознания, устойчивого бокового положения.



Остановка кровотечения при ранении головы путем прямого давления на рану. Нельзя применять этот способ при открытых черепно-мозговых травмах.

Остановка кровотечения при травме головы наложением давящей повязки.



Травмы шеи, оказание первой помощи



Фиксация шейного отдела позвоночника рукой при экстренном извлечении пострадавшего с подозрением на травму шейного отдела позвоночника из автомобиля или труднодоступного места.

Фиксация шейного отдела позвоночника руками при перемещении пострадавшего.



Остановка кровотечения пальцевым прижатием сонной артерии. При венозном кровотечении можно осуществить прямое давление на рану.

Травмы живота и таза, оказание первой помощи



Временная остановка кровотечения наложением давящей повязки и придание пострадавшему положения на спине с приподнятыми ногами (при подозрении на травму живота).

Придание пострадавшему положения на спине с валиком под полусогнутыми ногами (при подозрении на травму таза).



Травмы груди, оказание первой помощи

Временная остановка кровотечения прямым давлением на рану.



Наложение давящей повязки для остановки кровотечения.



Наложение окклюзионной повязки при проникающем ранении грудной клетки (вариант с закреплением воздухонепроницаемого материала бинтовой повязкой).

Придание пострадавшему полусидячего положения с наклоном в поврежденную сторону.



Травмы позвоночника. Оказание первой помощи

При подозрении на травму позвоночника следует придать пострадавшему положение на твердой ровной поверхности.



Переноску пострадавшего с подозрением на травму позвоночника, следует осуществлять с привлечением нескольких помощников, фиксируя его голову и шею

Травмы конечностей, оказание первой помощи



Важным является внимательный осмотр конечностей пострадавшего для определения характера возможных травм – кровотечения, переломов.

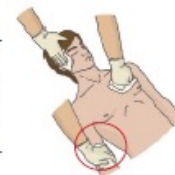


Наложение давящей повязки с использованием бинтов и стерильных салфеток.



Аутоиммобилизация (прибинтовывание ноги с подозрением на перелом костей к здоровой).

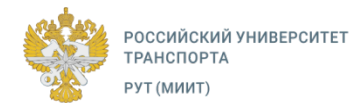
Временная остановка кровотечения слабой и средней интенсивности прямым давлением на рану.



Аутоиммобилизация (фиксация руки с подозрением на перелом костей к туловищу).



КОНТАКТНАЯ ИНФОРМАЦИЯ



Связаться с экстренными службами можно и по их отдельным номерам:

- 101 — пожарная служба
- 102 — полиция
- 103 — скорая медицинская помощь
- 104 — служба газа

СВЯЗАТЬСЯ СО СЛУЖБОЙ ОХРАНЫ ТРУДА, ЭКОЛОГИИ И УПРАВЛЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМИ РИСКАМИ:

Телефон: 33-57

Почта: miit-oot@yandex.ru



РАБОТАЙТЕ БЕЗОПАСНО!



И помните, вас всегда кто-то ждёт ДОМА!