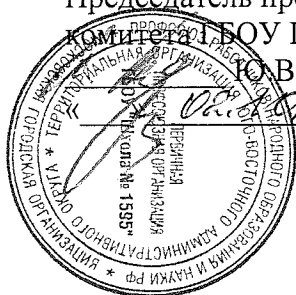


**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ГОРОДА МОСКВЫ**

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение города Москвы  
«Школа № 1595»**

СОГЛАСОВАНО

Председатель профсоюзного  
Комитета ГБОУ Школа №1595  
Ю. В.Кирпичникова  
2019г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБОУ Школа №1595  
М.В. Булаева  
2019г.

**ИНСТРУКЦИЯ**

**ПО ОКАЗАНИЮ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПОСТРАДАВШИМ**

**ИОП-001-2019**

## 1. Общая часть

1.1. Инструкция утверждена Министерством здравоохранения Российской Федерации и рекомендована для подготовки лиц, не имеющих медицинского образования, но обязанных оказывать первую неотложную помощь (письмо № 16 – 16/68 от 28.06.99).

1.2. Каждый работник, получивший настоящую инструкцию, обязан знать ее содержание и уметь применять при необходимости в любой обстановке.

***Обо всех случаях травматизма работник немедленно извещает непосредственного руководителя.***

**Необходимо немедленно вызывать «скорую помощь», если**

- человек потерял сознание;
- отсутствует пульс или дыхание;
- не удается остановить наружное кровотечение
- имеются серьезные телесные повреждения;
- травма с потерей сознания; травма головы, спины, грудной клетки, рук, ног; сопровождающиеся сильной болью и невозможностью встать или пошевелиться;
- если вы подозреваете инфаркт, инсульт;
- при проявлении сердцебиения или внезапном замедлении пульса, которые сопровождаются головокружением, одышкой, болями в груди (за грудиной), потерей сознания;
- при высокой температуре тела (более 39 градусов), особенно если она сопровождается судорогами;
- при внезапном появлении сильной одышки в состоянии покоя;
- при появлении сильной боли в животе, которая сопровождается повышением температуры тела, рвотой, холодным липким потом, задержкой стула, желтухой;
- при обезвоживании из-за частого поноса и неукротимой рвоты. Признаками сильного обезвоживания могут быть выраженная слабость, бледность и сухость кожи, частый «нитевидный» пульс;
- при подозрении на кровотечение из желудка или кишечника - рвоте «кофейной гущей», угольно-черном стуле в сочетании со слабостью, головокружением, обмороком;
- при подъеме артериального давления выше 220/140 мм рт.ст. при отсутствии жалоб или выше 180/120 мм рт. ст. при наличии жалоб (головной боли, мелькании «мушек» перед глазами).

**Как вызвать «скорую помощь»?**

По городскому телефону (самый надежный способ) - **03**

Единый номер экстренных служб - **112**

По мобильному телефону - **103**

**Не вешайте трубку (не отключайте телефон) пока не услышите от диспетчера «скорой помощи» слова «Вызов принят!»**

## 2. Универсальные схемы оказания первой помощи на месте происшествия

**2.1. Если нет сознания и нет пульса на сонной артерии (внезапная смерть) – приступить к реанимации:**

- убедиться в отсутствии пульса на сонной артерии; **НЕЛЬЗЯ** терять время на определение признаков дыхания;
- освободить грудную клетку от одежды и расстегнуть поясной ремень; **НЕЛЬЗЯ** наносить удар по груди и проводить непрямой массаж сердца, не освободив грудную клетку и не расстегнув поясной ремень;
- прикрыть двумя пальцами мечевидный отросток; **НЕЛЬЗЯ** наносить удар по мечевидному отростку или в область ключиц;

- нанести удар кулаком по груди; **НЕЛЬЗЯ** наносить удар при наличии пульса на сонной артерии;
- начать непрямой массаж сердца, глубина продавливания грудной клетки должна быть не менее 3 – 4 см; **НЕЛЬЗЯ** располагать ладонь на груди так, чтобы большой палец был направлен на спасателя;
- сделать «вдох» искусственного дыхания: зажать нос, захватив подбородок, запрокинуть голову пострадавшего и сделать максимальный выдох ему в рот; **НЕЛЬЗЯ** сделать «вдох» искусственного дыхания, не зажав предварительно нос пострадавшего;
- выполнять комплекс реанимации (при сужении зрачков, но отсутствии сердцебиения) нужно до прибытия медперсонала);
- *если оказывает помощь один спасатель, то два «вдоха» искусственного дыхания делают после 15 надавливаний на грудину;*
- *если оказывает помощь группа спасателей, то 2 «вдоха» искусственного дыхания делают после 5 надавливаний на грудину;*
- для быстрого возврата крови к сердцу – приподнять ноги пострадавшего;
- для сохранения жизни головного мозга – приложить холод к голове;
- для удаления воздуха из желудка – повернуть пострадавшего на живот и надавить кулаками ниже пупка
- комплекс реанимации можно проводить только в положении пострадавшего «лежа на спине» на ровной жесткой поверхности.

**2.2. Если нет сознания, но есть пульс на сонной артерии (состояние комы) – повернуть на живот и очистить ротовую полость:**

- только в положении «лежа на животе» пострадавший должен ожидать прибытия врачей; **НЕЛЬЗЯ** оставлять человека в состоянии комы лежать на спине;
- периодически удалять слизь и содержимое желудка с помощью салфетки или резинового баллончика;
- приложить холод к голове.

**2.3. При артериальном кровотечении – наложить жгут:**

- прижать пальцами или кулаком артерию;
- до наложения жгута поврежденную конечность следует оставить в приподнятом положении;
- на конечностях точка прижатия артерии должна быть выше места кровотечения; на шее и голове – ниже раны или в ране;
- **НЕЛЬЗЯ** терять время на освобождение конечностей от одежды;
- наложить кровоостанавливающий жгут; вложить записку о времени наложения жгута под резинку петли;
- жгут на конечность можно наложить не более чем на 1 час.

**2.4. При ранении:**

- накрыть рану салфеткой, полностью прикрыв края раны; **НЕЛЬЗЯ** промывать рану водой;
- прибинтовать салфетку или прикрепить ее лейкопластырем; **НЕЛЬЗЯ** вливать в рану спиртовые или другие растворы;
- в случае **проникающего ранения груди** прижать ладонь к ране и закрыть в нее доступ воздуха (**НЕЛЬЗЯ** извлекать из раны инородные предметы на месте происшествия); наложить герметическую повязку или лейкопластырь; транспортировка в положении «сидя»;
- в случае **проникающего ранения в живот** прикрыть содержимое раны салфеткой, прикрепить салфетку; приподнять ноги и расстегнуть поясной ремень; положить холод на живот; ожидание помощи и транспортировка – только в положении «лежа на спине» с приподнятыми и согнутыми в коленях ногами; **НЕЛЬЗЯ** вправлять выпавшие органы, давать пить;
- в случае получения **технического ожога** без нарушения целостности ожоговых пузырей подставить под струю холодной воды на 10 – 15 минут (и/или приложить холод на 20 – 30 минут); **НЕЛЬЗЯ** смазывать обожженную поверхность маслами и жирами,

- в случае получения **технического ожога** с нарушением целостности ожоговых пузырей и кожи накрыть сухой чистой тканью, поверх которой приложить холод; **НЕЛЬЗЯ** бинтовать обожженную поверхность, промывать водой;
- при **травмах глаз или век** положить пострадавшего, накрыть глаз чистой салфеткой, зафиксировать салфетку повязкой и обязательно прикрыть второй глаз для прекращения движений глазных яблок; **НЕЛЬЗЯ** промывать водой колотые и резаные раны глаз и век;
- в случае **ожога глаз или век при попадании едких химических веществ** раздвинуть осторожно веки пальцами и подставить под струю холодной воды так, чтобы вода стекала от носа кнаружи; **НЕЛЬЗЯ** применять нейтрализующую жидкость при попадании в глаза едких химических веществ.

#### **2.5. При переломах костей конечностей:**

- зафиксировать конечности с помощью складных шин или подручных средств;
- при открытых переломах сначала наложить повязку, затем – шину.

#### **2.6. Правила освобождения от действия электрического тока:**

1. Освободить пострадавшего от действия электрического тока (выключить выключатель, рубильник, автомат защиты; выдернуть вилку из розетки; отбросить провод сухой палкой; оттащить пострадавшего, не касаясь тела, за одежду).
2. При напряжении выше 1000В следует:
  - надеть диэлектрические перчатки, резиновые боты или галоши;
  - взять изолирующую штангу или изолирующие клещи;
  - замкнуть провода воздушной линии б – 20 кВ коротко методом наброса;
  - сбросить изолирующей штангой провод с пострадавшего;
  - оттащить пострадавшего за одежду не менее чем на 10 метров от места касания проводом земли или от оборудования, находящегося под напряжением;
  - в радиусе 10 метров от места касания земли электрическим проводом можно попасть под «шаговое» напряжение; передвигаться в зоне «шагового» напряжения следует в диэлектрических ботах или галошах либо «гусиным шагом» - пятка шагающей ноги, не отрываясь от земли, приставляется к носку другой ноги.

#### **2.7. В случае падения с высоты при сохранении сознания:**

- **НЕЛЬЗЯ** до приезда «Скорой помощи» перемещать пострадавшего, снимать с него одежду или позволять ему шевелиться;
- переложить пострадавшего на вакуумный матрас; **НЕЛЬЗЯ** оставлять лежать пострадавшего на жесткой поверхности более 10 – 15 минут.

#### **2.8. В случае утопления:**

- после извлечения утонувшего из воды – перевернуть его лицом вниз и опустить голову ниже таза;
- очистить рот от инородного содержимого и слизи; резко надавить на корень языка;
- при появлении рвотного и кашлевого рефлексов – добиться полного удаления воды из дыхательных путей и желудка;
- если нет рвотных движений и пульса – положить на спину и приступить к реанимации; при появлении признаков жизни – перевернуть лицом вниз и удалить воду из легких и желудка.

#### **2.9. Действия при переохлаждении:**

- при появлении озноба и мышечной дрожи необходимо дополнительно укрыть, предложить теплое сладкое питье или пищу с большим содержанием сахара;
- при возможности доставить в течение одного часа в теплое помещение, где снять одежду и поместить пострадавшего в ванну с температурой воды 35 – 40 ° С (терпит локоть) или обложить большим количеством теплых грелок;
- после согревающей ванны обязательно укрыть теплым одеялом или надеть теплую сухую одежду;
- продолжать давать теплое питье до прибытия врачей.

#### **2.10. Действия при обморожении:**

- как можно скорее доставить пострадавшего в теплое помещение;
- снять с обмороженных конечностей одежду и обувь;
- немедленно укрыть поврежденные конечности от внешнего тепла теплоизолирующей повязкой с большим количеством ваты или одеялами и теплой одеждой;
- дать обильное теплое питье;
- обязательно дать 1 -2 таблетки анальгина;
- **НЕЛЬЗЯ:** растирать обмороженную кожу; помещать обмороженные конечности в теплую воду или обкладывать грелками; смазывать кожу маслами или вазелином.

#### **2.11. Действия в случае обморока:**

- если нет пульса на сонной артерии, приступить к комплексу реанимации;
- если есть пульс на сонной артерии, приподнять ноги, расстегнуть ворот сорочки, ослабить галстук и поясной ремень;
- надавить на болевую точку;
- если в течение 3 минут сознание не появилось, повернуть пострадавшего на живот и приложить холод к голове;
- при появлении боли в животе или повторных обмороков – положить холод на живот;
- при тепловом ударе – перенести в прохладное место, приложить холод к голове и груди;
- в случаях голодного обморока напоить сладким чаем.

#### **2.12. Действия в случае укусов змей и ядовитых насекомых:**

- удалить жало из ранки;
- приложить холод к месту укуса;
- закапать 5-6 капель «Галазолина» или «Санорина» в нос и ранку от укуса;
- при укусах конечностей наложить шину;
- давать обильное и сладкое питье;
- при потере сознания перевернуть на живот;
- при остановке сердца и дыхания – приступить к реанимации.

#### **2.13. Действия в случае химических ожогов кожи:**

- при поражениях любой агрессивной жидкостью (кислотой, щелочью, растворителем и т.п.) промыть пораженное место под струей холодной воды.

#### **2.14. Действия в случае отравления ядовитыми газами:**

- вынести пострадавшего на свежий воздух;
- в случае отсутствия сознания и пульса на сонной артерии – приступить к комплексу реанимации;
- в случаях потери сознания более 4 минут повернуть пострадавшего на живот и приложить холод к голове;
- **НЕЛЬЗЯ** проводить искусственное дыхание изо рта в рот без использования специальных масок, защищающих спасателя от выдоха пострадавшего.

#### **2.15. Действия при вывихах:**

- наложить холодный компресс;
- сделать тугую повязку.

#### **2.16. Действия при кровотечении из носа:**

- обеспечить доступ свежего воздуха;
- положить холодную грелку на переносицу;
- ввести в ноздрю вату, смоченную раствором перекиси водорода.

#### **2.17. Действия при пищевых отравлениях:**

- дать выпить несколько стаканов слабого раствора марганцево-кислого калия;
- вызвать искусственную рвоту;
- дать слабительное;
- обложить грелками, дать горячий чай.

#### **2.18. Действия при подозрении на сотрясение головного мозга:**

- уложить пострадавшего на спину с приподнятой на подушке головой;
- на голову положить пузырь со льдом.

Инструкцию разработал:  
Специалист по охране труда



А.Е.Монаенков