

ЗАТВЕРДЖЕНО

Розпорядження начальника
Щастинської міської військової
адміністрації Щастинського
району Луганської області
30 грудня 2024 р. № 01/167

ВСТУПНИЙ ІНСТРУКТАЖ З ОХОРОНИ ПРАЦІ

1. Загальні відомості про установу

Щастинська МВА утворена Указом Президента України від 23 вересня 2022 року № 665/2022 «Про утворення військових адміністрацій населених пунктів у Луганській області». Проводить свою діяльність за адресою: проспект Президента Грушевського, 30, м. Луцьк, Волинська область. З вересня 2022 року переміщена на підконтрольну Україні територію. Більшість працівників працює в режимі дистанційної роботи, відповідно до розпорядження начальника Щастинської міської військової адміністрації Щастинського району Луганської області від 22.12.2022 № 01-02/25 «Про запровадження дистанційної роботи та на період воєнного стану» деякі працівники працюють за фактичною адресою військової адміністрації.

Працівникам, для яких запроваджено дистанційну форму роботи, необхідно виконувати упродовж робочого часу посадові обов'язки у повному обсязі, та інші завдання начальника Щастинської міської військової адміністрації Щастинського району Луганської області, перебувати на постійному мобільному зв'язку.

2. Загальні правила поведінки працівників при пересуванні на роботу і з роботи, роботи в приміщеннях та перебування у службових відрядженнях

Кожен працівник зобов'язаний:

берегти державну власність;

повністю виконувати вимоги охорони праці, пожежної безпеки, передбачені відповідними правилами, інструкціями, наказами, розпорядженнями;

тримати в порядку і чистоті своє робоче місце, не порушувати санітарні правила у службових та загальних приміщеннях;

утримуватись від дій, які заважають іншим працівникам виконувати свої обов'язки;

додержуватись дисципліни праці і виконувати правила внутрішнього розпорядку;

вживати заходи для недопущення чи усунення ситуації, яка створює загрозу здоров'ю працівника чи життю або здоров'ю людей, які його оточують, повідомляти про небезпеку безпосереднього начальника або іншу посадову особу.

Забороняється палити в кабінетах, приміщеннях, холах. З'являтися у стані алкогольного чи наркотичного сп'яніння. Приносити й зберігати легкозаймисті й вибухонебезпечні речовини в кабінетах та інших робочих приміщеннях. Не дозволяється користуватися несправними електронагрівальними пристроями, користуватися відкритим вогнем.

Службовим відрядженням вважається поїздка працівника за розпорядженням начальника установи на певний строк до іншого населеного пункту для виконання службового доручення поза місцем його постійного місця роботи. На відрядженого працівника розповсюджується режим роботи (робочого часу) тієї організації, установи (підприємства), до якої він відряджений. До виконання робіт у відрядженні допускаються особи, які: пройшли інструктаж з питань охорони праці, у тому числі за цією інструкцією та заповнили відповідні кадрові документи.

Всі працівники повинні бути уважні до навколишнього оточення, керуватися правилами дорожнього руху і правилами користування транспортом, виконувати вимоги дорожніх сигнальних знаків, покажчиків, а також водіїв транспорту.

Пішоходи повинні ходити тільки по тротуарах і пішохідних доріжках, дотримуватися правої сторони. Там де їх немає, потрібно йти по лівій стороні дороги назустріч руху транспорту, відходячи при появі стрічного транспорту на ліве узбіччя дороги.

Пішоходам необхідно бути гранично уважними під час переходу канав, ям, каналізаційних люків. Не можна наступати на кришки каналізаційних люків. Забороняється перетинати шлях транспорту, який рухається поблизу, виходити з транспорту, що стоїть, на проїжджу частину, не побачивши обстановки на або якими-небудь іншими необережними діями заважати руху і створювати загрозу його безпеки.

При проїзді в трамваї, тролейбусі або автобусі необхідно чекати ці транспортні засоби на посадочних майданчиках, а якщо їх немає, то на тротуарах.

Не можна знаходитися на проїжджій частині вулиці.

Входити в транспортні засоби слід лише при повній їх зупинці через задні двері. Забороняється входити в транспорт на ходу або не на місці зупинки, їздити на підніжках і на виступаючих частинах транспортних засобів, перешкоджати закриттю автоматичних дверей, висовувати з вікон руки, голову, а також які-небудь предмети.

Виходити з транспортних засобів слід лише при повній їх зупинці через передні двері. Забороняється смикати закриті двері і зістрибувати на ходу.

3. Основні положення Закону «Про охорону праці», Кодексу законів про працю та інших нормативних актів про охорону праці. Трудовий договір, робочий час та час відпочинку. Охорона праці жінок та осіб молодше 18 років. Колективний договір (угода), пільги та відшкодування за важкі та шкідливі умови праці

Законодавство про охорону праці складається із Закону «Про охорону праці», Кодексу законів про працю України і інших нормативних актів.

Закон «Про охорону праці» України визначає основні положення по реалізації конституційного права громадян на охорону їх життя і здоров'я в процесі трудової діяльності, регулює за участю відповідних державних органів відношення між власником підприємств, організації і працівником з питань безпеки, гігієни праці і виробничого середовища і встановлює єдиний порядок організації охорони праці в Україні. Цей Закон розповсюджується на всі підприємства і організації незалежно від форм власності і видів їх діяльності, на всіх громадян, які на них працюють.

Закон України «Про охорону праці» гарантує громадянам право на охорону праці під час укладення трудового договору, під час роботи на підприємстві, а також обов'язкове соціальне страхування від нещасних випадків і професійних захворювань. Статтями закону закріплено право працівників на пільги і компенсації за важкі і шкідливі умови праці, забезпечення засобами індивідуального захисту, миючими і знешкоджуючими засобами. Цим Законом визначена організація охорони праці на виробництві, стимулювання охорони праці, а також система державного нагляду і суспільного контролю за охороною праці.

Робітники і службовці реалізують право на працю шляхом укладення трудового договору про роботу на підприємстві, установі, організації. Трудовий договір укладається як за відсутності колективного договору, так і за наявності такого.

Під час укладання трудових договорів (крім трудового договору про дистанційну роботу, про надомну роботу) роботодавець повинен поінформувати працівника під розписку про умови праці та про наявність на його робочому місці небезпечних і шкідливих виробничих факторів, які ще не усунуто, можливі наслідки їх впливу на здоров'я та про права працівника на пільги і компенсації за роботу в таких умовах відповідно до законодавства і колективного договору та з урахуванням особливостей спрощеного режиму регулювання трудових відносин, визначеного Кодексу законів про працю України.

Працівник має право розірвати трудовий договір за власним бажанням, якщо роботодавець не виконує законодавства про охорону праці, не додержується умов колективного договору з цих питань. У цьому разі працівникові виплачується вихідна допомога в розмірі, передбаченому колективним договором, але не менше тримісячного заробітку.

У період дії воєнного стану сторони за згодою визначають форму трудового договору. Також роботодавець має право перевести працівника на іншу роботу, не обумовлену трудовим договором, без його згоди (крім переведення на роботу в іншу місцевість, на території якої тривають активні бойові дії), якщо така робота не протипоказана працівникові за станом здоров'я, лише для відвернення або ліквідації наслідків бойових дій, а також інших обставин, що ставлять або можуть становити загрозу життю чи нормальним

життєвим умовам людей, з оплатою праці за виконану роботу не нижче середньої заробітної плати за попередньою роботою.

Нормування тривалості робочого часу всіх робітників і службовців здійснюється державою з участю професійних спілок. Законодавством праці передбачається нормальна тривалість робочого часу 40 годин на тиждень, скорочена тривалість робочого часу (встановлюється для підлітків та на працівників, зайнятих на роботах з шкідливими умовами праці), неповний робочий час (неповний робочий день, неповний робочий тиждень). Ненормований робочий день - це особлива умова праці для певної категорії працівників і полягає в тому, що у разі виробничої необхідності працівники можуть притягуватися в окремі дні до позаурочної роботи.

Нормальна тривалість робочого часу у період дії воєнного стану може бути збільшена до 60 годин на тиждень для працівників, зайнятих на об'єктах критичної інфраструктури (в оборонній сфері, сфері забезпечення життєдіяльності населення тощо).

Час відпочинку – це перерва протягом робочого дня для відпочинку і прийняття їжі (обідня перерва), щорічна відпустка, щоденний відпочинок (міжзмінний), щотижневий відпочинок (вихідні дні), відпочинок в святкові дні.

Забороняється застосування праці жінок на важких роботах і на роботах із шкідливими або небезпечними умовами праці, на підземних роботах, крім деяких підземних робіт (нефізичних робіт або робіт, пов'язаних з санітарним та побутовим обслуговуванням), а також залучення жінок до підіймання і переміщення речей, маса яких перевищує встановлені для них граничні норми, відповідно до переліку важких робіт і робіт із шкідливими і небезпечними умовами праці, граничних норм підіймання і переміщення важких речей, що затверджуються центральним органом виконавчої влади, що забезпечує формування державної політики у сфері охорони здоров'я. Не допускається залучення до робіт у нічний час, до надурочних робіт і робіт у вихідні дні і направлення у відрядження вагітних жінок і жінок, що мають дітей віком до трьох років. Жінки, що мають дітей віком від трьох до чотирнадцяти років або дітей – інвалідів, не можуть залучатись до надурочних робіт або направлятись у відрядження без їх згоди.

У період дії воєнного стану дозволяється застосування праці жінок (крім вагітних жінок і жінок, які мають дитину віком до одного року) за їхньою згодою на важких роботах і на роботах із шкідливими або небезпечними умовами праці, а також на підземних роботах.

Не допускається залучення неповнолітніх до праці на важких роботах і на роботах із шкідливими або небезпечними умовами праці, на підземних роботах, до нічних, надурочних робіт та робіт у вихідні дні, а також до підіймання і переміщення речей, маса яких перевищує встановлені для них граничні норми, відповідно до переліку важких робіт і робіт із шкідливими і небезпечними умовами праці, граничних норм підіймання і переміщення важких речей, що затверджуються центральним органом виконавчої влади, що забезпечує формування державної політики у сфері охорони здоров'я.

Неповнолітні приймаються на роботу лише після попереднього медичного огляду. Відпустка надається в літній час або, за їх бажанням, в будь-яку іншу пору року. Звільнення робітників і службовців молодше 18 років за ініціативою адміністрації допускається, тільки з відома районної комісії у справах неповнолітніх.

У колективному договорі, угоді сторони передбачають забезпечення працівникам соціальних гарантій у галузі охорони праці на рівні, не нижчому за передбачений законодавством, їх обов'язки, а також комплексні заходи щодо досягнення встановлених нормативів безпеки, гігієни праці та виробничого середовища, підвищення існуючого рівня охорони праці, запобігання випадкам виробничого травматизму, професійного захворювання, аваріям і пожежам, визначають обсяги та джерела фінансування зазначених заходів.

Договір повинен містити основні положення з питань праці і заробітної платні, положення про тривалість робочого часу, часу відпочинку, оплати праці і матеріального стимулювання, охорони праці. У відповідні розділи колективного договору включаються заходи передбачені планом соціального розвитку підприємства, комплексним планом поліпшення умов охорони праці і санітарно-оздоровчих заходів підприємства. До колективного договору додаються: плани організаційних, технічних і господарських заходів, направлених на поліпшення виробничо-економічної діяльності підприємства, угоди з охорони праці і інше.

На період воєнного стану дія окремих положень колективного договору може бути зупинена за ініціативою роботодавця.

Працівники, зайняті на роботах з важкими і шкідливими умовами праці, безкоштовно забезпечуються лікувально-профілактичними засобами, мають право на оплачувані перерви санітарно-оздоровчого призначення, скорочення тривалості робочого часу, додаткову оплачувану відпустку, пільгову пенсію, оплату праці в підвищеному розмірі і інші пільги, що надаються в передбаченому законодавством порядку.

4. Правила внутрішнього трудового розпорядку

Робітники і посадові особи зобов'язані:

дотримуватися вимог охорони праці, техніки безпеки, виробничої санітарії, гігієни праці і протипожежної охорони, які передбачені правилами і інструкціями;

працювати чесно і сумлінно;

дотримуватися дисципліни праці: своєчасно приходити на роботу, використовувати весь робочий час для продуктивної праці, сумлінно виконувати розпорядження;

утримувати в порядку і чистоті своє робоче місце.

Круг обов'язків кожного працівника залежить від його посади та визначається посадовими інструкціями і положеннями.

При виконанні роботи за трудовим договором про дистанційну роботу, про надомну роботу працівник самостійно визначає своє робоче місце та несе

відповідальність за забезпечення безпечних і нешкідливих умов праці на ньому, а роботодавець несе відповідальність за безпечність і належний технічний стан обладнання та засобів виробництва, що передаються працівнику для виконання дистанційної або надомної роботи. При виконанні роботи за трудовим договором про надомну роботу визначене працівником робоче місце має характеризуватися наявністю закріпленої зони, технічних засобів (основних виробничих і невиробничих фондів, інструменту, приладів, інвентарю) або їх сукупності, необхідних для виробництва продукції, надання послуг, виконання робіт або функцій, передбачених установчими документами.

Адміністрація зобов'язана:

своєчасно до початку роботи, що доручається, знайомити працівників із встановленим завданням, забезпечити здорові і безпечні умови праці;

постійно контролювати дотримання працівниками всіх вимог інструкцій з охорони праці, техніки безпеки, виробничої санітарії та гігієни праці, протипожежної охорони.

5. Система управління охороною праці, державний нагляд, суспільний контроль за охороною праці на підприємстві. Обов'язки власника з охорони праці; обов'язки працівника щодо виконання вимог нормативних актів про охорону праці; права працівника з охорони праці при укладанні трудової угоди та під час роботи на підприємстві; відповідальність працівника за порушення вимог з охорони праці; попередні та періодичні медичні огляди; соціальне страхування від нещасних випадків та профзахворювань; навчання з питань охорони праці, види інструктажів

Головними цілями системи управління охороною праці (СУОП) є: попередження виробничого травматизму, попередження виробничих обумовлених захворювань, створення оптимальних умов для високопродуктивної праці.

Роботодавець зобов'язаний створити на робочому місці в кожному структурному підрозділі умови праці відповідно до нормативно-правових актів, а також забезпечити додержання вимог законодавства щодо прав працівників у галузі охорони праці.

З цією метою роботодавець забезпечує функціонування системи управління охороною праці, а саме:

створює відповідні служби і призначає посадових осіб, які забезпечують вирішення конкретних питань охорони праці, затверджує інструкції про їх обов'язки, права та відповідальність за виконання покладених на них функцій, а також контролює їх додержання;

розробляє за участю сторін колективного договору і реалізує комплексні заходи для досягнення встановлених нормативів та підвищення існуючого рівня охорони праці;

забезпечує виконання необхідних профілактичних заходів відповідно до обставин, що змінюються;

забезпечує усунення причин, що призводять до нещасних випадків, професійних захворювань, та здійснення профілактичних заходів, визначених комісіями за підсумками розслідування цих причин;

організовує проведення аудиту охорони праці, лабораторних досліджень умов праці, оцінку технічного стану виробничого обладнання та устаткування, атестацій робочих місць на відповідність нормативно-правовим актам з охорони праці в порядку і строки, що визначаються законодавством, та за їх підсумками вживає заходів до усунення небезпечних і шкідливих для здоров'я виробничих факторів;

розробляє і затверджує положення, інструкції, інші акти з охорони праці, що діють у межах підприємства, та встановлюють правила виконання робіт і поведінки працівників на території підприємства, у виробничих приміщеннях, на будівельних майданчиках, робочих місцях відповідно до нормативно-правових актів з охорони праці, забезпечує безоплатно працівників нормативно-правовими актами та актами підприємства з охорони праці;

здійснює контроль за дотриманням працівником технологічних процесів, правил поведінки з машинами, механізмами, устаткуванням та іншими засобами виробництва, використанням засобів колективного та індивідуального захисту, виконанням робіт відповідно до вимог з охорони праці;

організовує пропаганду безпечних методів праці та співробітництво з працівниками у галузі охорони праці;

вживає термінових заходів для допомоги потерпілим, залучає за необхідності професійні аварійно-рятувальні формування у разі виникнення на підприємстві аварій та нещасних випадків.

Роботодавець несе безпосередню відповідальність за порушення зазначених вимог.

Працівник зобов'язаний:

дбати про особисту безпеку і здоров'я, а також про безпеку і здоров'я оточуючих людей в процесі виконання будь-яких робіт чи під час перебування на території підприємства;

знати і виконувати вимоги нормативно-правових актів з охорони праці, правила поведінки з машинами, механізмами, устаткуванням та іншими засобами виробництва, користуватися засобами колективного та індивідуального захисту;

проходити у встановленому законодавством порядку попередні та періодичні медичні огляди.

Працівник несе безпосередню відповідальність за порушення зазначених вимог.

При виконанні роботи за трудовим договором про дистанційну роботу, про надомну роботу працівник самостійно визначає своє робоче місце та несе відповідальність за забезпечення безпечних і нешкідливих умов праці на ньому, а роботодавець несе відповідальність за безпечність і належний технічний стан обладнання та засобів виробництва, що передаються працівнику для виконання дистанційної або надомної роботи. При виконанні роботи за трудовим

договором про надомну роботу визначене працівником робоче місце має характеризуватися наявністю закріпленої зони, технічних засобів (основних виробничих і невиробничих фондів, інструменту, приладів, інвентарю) або їх сукупності, необхідних для виробництва продукції, надання послуг, виконання робіт або функцій, передбачених установчими документами.

Умови праці на робочому місці, безпека технологічних процесів, машин, механізмів, устаткування та інших засобів виробництва, стан засобів колективного та індивідуального захисту, що використовуються працівником, а також санітарно-побутові умови повинні відповідати вимогам законодавства.

Працівник має право відмовитися від дорученої роботи, якщо створилася виробнича ситуація, небезпечна для його життя чи здоров'я або для людей, які його оточують, або для виробничого середовища чи довкілля. Він зобов'язаний негайно повідомити про це безпосереднього керівника або роботодавця. Факт наявності такої ситуації за необхідності підтверджується спеціалістами з охорони праці підприємства за участю представника профспілки, членом якої він є, або уповноваженої працівниками особи з питань охорони праці (якщо професійна спілка на підприємстві не створювалася), а також страхового експерта з охорони праці.

Працівник має право розірвати трудовий договір за власним бажанням, якщо роботодавець не виконує законодавства про охорону праці, не додержується умов колективного договору з цих питань. У цьому разі працівникові виплачується вихідна допомога в розмірі, передбаченому колективним договором, але не менше тримісячного заробітку.

Роботодавець зобов'язаний за свої кошти забезпечити фінансування та організувати проведення попереднього (під час прийняття на роботу) і періодичних (протягом трудової діяльності) медичних оглядів працівників, зайнятих на важких роботах, роботах із шкідливими чи небезпечними умовами праці або таких, де є потреба у професійному доборі, щорічного обов'язкового медичного огляду осіб віком до 21 року. За результатами періодичних медичних оглядів у разі потреби роботодавець повинен забезпечити проведення відповідних оздоровчих заходів. Медичні огляди проводяться відповідними закладами охорони здоров'я, працівники яких несуть відповідальність згідно із законодавством за відповідність медичного висновку фактичному стану здоров'я працівника. Порядок проведення медичних оглядів визначається центральним органом виконавчої влади, що забезпечує формування державної політики у сфері охорони здоров'я.

Працівники під час прийняття на роботу і в процесі роботи повинні проходити за рахунок роботодавця інструктаж, навчання з питань охорони праці, з надання першої медичної допомоги потерпілим від нещасних випадків і правил поведінки у разі виникнення аварії.

Працівники, зайняті на роботах з підвищеною небезпекою або там, де є потреба у професійному доборі, повинні щороку проходити за рахунок роботодавця спеціальне навчання і перевірку знань відповідних нормативно-правових актів з охорони праці.

Посадові особи, діяльність яких пов'язана з організацією безпечного ведення робіт, під час прийняття на роботу і періодично, один раз на три роки, проходять навчання, а також перевірку знань з питань охорони праці за участю профспілок.

Порядок проведення навчання та перевірки знань посадових осіб з питань охорони праці визначається типовим положенням, що затверджується центральним органом виконавчої влади, що забезпечує формування державної політики у сфері охорони праці.

Не допускаються до роботи працівники, у тому числі посадові особи, які не пройшли навчання, інструктаж і перевірку знань з охорони праці.

У разі виявлення у працівників, у тому числі посадових осіб, незадовільних знань з питань охорони праці, вони повинні у місячний строк пройти повторне навчання і перевірку знань.

Відповідальність за організацію навчання і перевірку знань з охорони праці на підприємстві покладається на його керівника, а в структурних підрозділах (цеху, дільниці, лабораторії, майстерні тощо) - на керівників цих підрозділів. Контроль за навчанням і періодичністю перевірки знань з питань охорони праці здійснює служба охорони праці або працівники, на яких покладені ці обов'язки керівником (правлінням) підприємства.

Вступний інструктаж з питань охорони праці проводиться з:

усіма працівниками, які щойно прийняті на роботу (постійну або тимчасову) незалежно від їх освіти, стажу роботи за цією професією або посади;

працівниками, які знаходяться у відрядженні на підприємстві і беруть безпосередньо участь у виробничому процесі з водіями транспортних засобів, які вперше в'їжджають на територію підприємства;

учнями, вихованця мита студентами, які прибули на підприємство для проходження виробничої практики;

учнями, вихованцями та студентами в навчально-виховних закладах перед початком трудового і професійного навчання в лабораторіях, майстернях, на полігонах тощо.

Вступний інструктаж проводить спеціаліст з охорони праці або особа, на яку наказом по підприємству (рішенням правління) покладено ці обов'язки, а з учнями в навчально-виховних закладах - викладач або особа, компетентна в питаннях охорони праці, на яку наказом по навчально-виховному закладу покладені ці обов'язки. На великих підприємствах окремі питання вступного інструктажу можуть висвітлювати відповідні фахівці. Запис про проведення вступного інструктажу робиться у спеціальному журналі, а також у документі про прийняття працівника на роботу.

Первинний інструктаж проводиться на робочому місці до початку роботи з:

працівником, новоприйнятим (постійно чи тимчасово) на підприємство;

працівником, який переводиться з одного цеху виробництва до іншого;

працівником, який буде виконувати нову для нього роботу;
 відрядженим працівником, який бере безпосередню участь у виробничому процесі на підприємстві;

студентом, учнем та вихованцем, який прибув на виробничу практику; перед виконанням ним нових видів робіт; перед вивченням кожної нової теми під час проведення трудового і професійного навчання в учбових лабораторіях, класах, майстернях, на дільницях; під час проведення позашкільного навчання в гуртках та секціях тощо.

Програма первинного інструктажу розробляється керівником цеху, дільниці, узгоджується із службою охорони праці і затверджується керівником підприємства, навчального закладу або їх відповідного структурного підрозділу.

Повторний інструктаж проводиться на робочому місці з усіма працівниками:

на роботах з підвищеною небезпекою - 1 раз у квартал, на інших роботах - 1 раз на півріччя. Повторний інструктаж проводиться індивідуально або з групою працівників, які виконують однотипні роботи, за програмою первинного інструктажу в повному обсязі.

Позаплановий інструктаж проводиться з працівниками на робочому місці або в кабінеті охорони праці:

при введенні в дію нових або переглянутих нормативних актів про охорону праці, а також при внесенні змін та доповнень до них;

при зміні технологічного процесу, заміні або модернізації устаткування, приладів та інструменту, вихідної сировини, матеріалів та інших факторів, що впливають на охорону праці;

при порушенні працівником, студентом, учнем або вихованцем нормативних актів про охорону праці, що можуть призвести або призвели до травми, аварії чи отруєння;

на вимогу працівників органу державного нагляду за охороною праці, вищестоящої господарської організації, або державної виконавчої влади у випадку, якщо виявлено незнання працівником, студентом або учнем безпечних методів, прийомів праці чи нормативних актів про охорону праці;

при перерві в роботі виконавця робіт більшої ніж на 30 календарних днів - для робіт з підвищеною небезпекою, а для решти робіт - більше 60 днів.

Цільовий інструктаж проводиться з працівниками при:

виконанні разових робіт, що не пов'язані з безпосередніми обов'язками за фахом (навантаження, розвантаження, разові роботи за межами підприємства, цеху тощо);

ліквідації аварії, стихійного лиха;

проведенні робіт, на які оформлюється наряд-допуск, дозвіл та інші документи;

екскурсіях на підприємства;

організації масових заходів з учнями та вихованцями (екскурсії, походи, спортивні заходи тощо).

Первинний, повторний, позаплановий і цільовий інструктажі проводить безпосередньо керівник робіт (начальник виробництва, цеху, дільниці, майстер, інструктор виробничого навчання, викладач тощо). Первинний, повторний, цільовий та позаплановий інструктажі затверджуються перевіркою знань усним опитуванням за допомогою технічних засобів навчання, а також перевіркою набутих навичок безпечних методів праці. Знання перевіряє особа, яка проводила інструктаж.

Про проведення первинного, повторного, позапланового інструктажів, стажування та допуск до роботи особа, яка проводила інструктаж, робить запис до журналу. При цьому обов'язкові підписи як того, кого інструктували, так і того, хто інструктував. Журнали інструктажів повинні бути пронумеровані, прошнуровані і скріплені печаткою. Керівник підприємства зобов'язаний видати робітникові примірник інструкції з охорони праці за його професією або вивісити її на його робочому місці.

6. Основні небезпечні і шкідливі умови, характерні для установи

Основними головними шкідливими та небезпечними факторами являються:

- підвищені рівні електромагнітного випромінювання під час роботи на комп'ютері;

- знижена або підвищена вологість повітря робочої зони;

- знижена або підвищена рухливість повітря робочої зони;

- підвищений рівень шуму;

- підвищений або знижений рівень освітленості;

- підвищена яскравість світлового зображення;

- підвищене значення напруги в електричному ланцюзі, замикання якого може відбутися через тіло людини;

- напруга зору, уваги, тривалі статичні навантаження;

- рухомих і обертових частин устаткування (передавальних механізмів, редукторів, муфт зчеплення" шківів, натяжних і приводних барабанів, рухомої стрічки конвеєра, ланцюгів, шестерень);

- електричного струму (при відсутності або несправності захисного заземлення або занулення, ушкодженні ізоляції струмоприймачів);

- підвищеної запиленості повітряного середовища (пилу цукру, борошна, какао-бобів тощо);

- розташування робочого місця на значній висоті стосовно поверхні землі (підлоги).

Небезпечними факторами є відкриті електричні розетки, переносні електричні подовжувачі з відкритими електричними розетками, оргтехнічне обладнання з електричними приводами (комп'ютери, копіювальна техніка), побутові електрообігрівачі, електрочайники та інші електроприлади.

У всіх приміщеннях біля електророзеток повинні бути зроблені трафаретні надписи, що вказують на величину напруги.

Не можна вмикати та вимикати з електромережі електроприлади мокрими руками.

Перед користуванням електроприладами необхідно візуально перевірити цілісність електропроводів (кабелів), електровилок.

Електроприладами з пошкодженими електропроводами (кабелями) або електровилками користуватися забороняється.

Комп'ютери повинні бути обладнані захисними екранами і вмикатися в розетки з клемою заземлення.

В екстремальних ситуаціях (стихійне лихо, пожежа та інше), відключивши з електромережі електроприлади, працівникам необхідно залишити приміщення й евакуюватися відповідно до планів-схем евакуації, розміщених на поверхах будинку.

7. Основні вимоги виробничої санітарії і особистої гігієни

Приміщення, кабінети необхідно щодня ретельно прибирати: підмітати вологим способом і мити підлоги, видаляти пил і павутину, протирати вікна, двері. Періодично, протягом дня провітрювати приміщення.

Один раз на тиждень приміщення необхідно прибирати із застосуванням мильно-лужного розчину, хлорного вапна. За нормальних метеорологічних умов температура в приміщеннях повинна бути близько 20°, відносна вологість 40-65%.

Кожен робітник і службовець зобов'язаний дотримуватися правил особистої гігієни:

приходити на роботу і знаходитися на роботі в чистому особистому одязі і взутті;

постійно стежити за чистотою тіла, рук, волосся;

обов'язково мити руки з милом, двічі їх намилюючи після відвідин туалету;

при пошкодженні шкірного покриву не дозволяється накладати пов'язки з паперу або ганчірок: оскільки цим можна забруднити рану і викликати серйозне захворювання;

забороняється пити воду, призначену для технічних потреб, користуватися слід тільки кип'яченою водою;

перед їжею необхідно ретельно вимити руки з милом;

своєчасно проходити медичний огляд.

Система побутової внутрішньої каналізації санітарно-побутових приміщень повинна підтримуватись у нормальному технічному стані, щоб не допустити утворення осередків антисанітарії. Під час користування санітарно-побутовими приладами не допускали їх закупорювання.

8. Порядок розслідування та оформлення нещасних випадків та професійних захворювань. Обставини та причини окремих характерних нещасних випадків та аварій

Всі нещасні випадки, які сталися на виробництві підлягають розслідуванню згідно з «Положенням про розслідування та облік нещасних випадків, професійних захворювань і аварій на підприємствах, в установах і організаціях». Положення поширюється на підприємства, організації, установи незалежно від форм власності всіх громадян, які працюють, а також на залучених до роботи на цих підприємствах.

Положення не поширюється на військовослужбовців Міноборони, МВС, СБУ, Держкомкордону Національної гвардії при виконанні ними своїх обов'язків.

Розслідуванню підлягають травми, у тому числі отримані внаслідок тілесних ушкоджень, заподіяних іншою особою, гострі професійні захворювання та інші отруєння, теплові удари, опіки, обмороження, утоплення, ураженням електричним струмом, блискавкою та іонізуючим випромінюванням, ушкодження, отримані внаслідок аварій, пожеж, стихійного лиха (землетруси, зсуви, повені, урагани та інші надзвичайні події), контакту з тваринами, комахами та іншими представниками фауни і флори (далі – нещасні випадки), що призвели до втрати працівником працездатності на один робочий день чи більше або до необхідності перевести потерпілого на іншу (легшу роботу) терміном не менш як на один робочий день, а також випадки смерті на підприємстві.

За результатами розслідування беруться на облік нещасні випадки, що сталися з працівниками під час виконання трудових (посадових) обов'язків, у тому числі у відрядженнях, а також ті, що сталися під час:

перебування на робочому місці, на території підприємства або в іншому місці роботи протягом робочого часу, або за дорученням власника в неробочий час, під час відпустки, у вихідні та святкові дні;

приведення в порядок знарядь виробництва, засобів захисту, одягу перед початком роботи і після її закінчення, виконання заходів особистої гігієни;

проїзду на роботу чи з роботи на транспорті підприємства або на транспорті сторонньої організації, яка надала його згідно з договором (заявкою), за наявності розпорядження власника;

використання власного транспорту в інтересах підприємства з дозволу або за дорученням власника;

проведення дій в інтересах підприємства, на якому працює потерпілий; ліквідації аварій, пожеж та наслідків стихійного лиха на виробничих об'єктах і транспортних засобах, що використовуються підприємством;

надання підприємствам шефської допомоги;

перебування на транспортному засобі або на його стоянці, на території вахтового селища, у тому числі під час змінного відпочинку, якщо причина нещасного випадку пов'язана з виконанням потерпілим трудових (посадових) обов'язків або з дією на нього виробничого фактора чи середовища;

прямування працівника до (між) об'єкта (ми) обслуговування за затвердженими маршрутами або до будь-якого об'єкта за дорученням власника.

Кожний нещасний випадок підлягає розслідуванню комісією під головуванням керівника служби охорони праці, яка протягом трьох діб повинна розслідувати причини та обставини нещасного випадку. Матеріали розслідування оформляються актом Н-1, який зберігається протягом 45 років. Власник протягом доби після закінчення розслідування затверджує акти за формою Н-1. Один примірник надсилається потерпілому.

Про кожний нещасний випадок свідок, працівник, який його виявив, або сам потерпілий повинні терміново повідомити безпосереднього керівника робіт чи іншу посадову особу, і вжити заходів для надання необхідної допомоги.

Не беруться на облік і не складаються акти за формою Н-1 на нещасні випадки, що сталися з працівниками:

під час прямування на роботу чи з роботи пішки, на громадському, власному або іншому транспортному засобі, який не належить підприємству, за місцем постійного проживання на території польових і вахтових селищ;

під час використання ними в особистих цілях транспортних засобів підприємства без дозволу власника, а також устаткування, механізмів, інструментів, крім випадків, що сталися внаслідок несправності цього устаткування, механізмів, інструментів;

внаслідок отруєння алкоголем, наркотичними або іншими отруйними речовинами, а також внаслідок їх дії (асфіксія, інсульт, зупинка серця тощо) за наявності медичного висновку, якщо це не викликано застосуванням цих речовин у виробничих процесах або порушення вимог безпеки щодо їх зберігання і транспортування, або якщо потерпілий, який перебував у стані алкогольного чи наркотичного сп'яніння, був відсторонений від роботи;

під час споєння крадіжок або інших злочинів, якщо ці дії зафіксовані і на них є офіційний висновок суду або прокуратури;

у разі природної смерті або самогубства, що підтверджено висновками відповідних органів.

Групові (одночасно з двома і більше працівниками) нещасні випадки, а також випадки із смертельним наслідком підлягають спеціальному розслідуванню комісією під головуванням працівника відповідного органу державного нагляду за охороною праці.

Про груповий нещасний випадок, нещасний випадок із смертельним наслідком власник зобов'язаний негайно передати повідомлення за встановленою формою:

відповідному місцевому органу державного нагляду за охороною праці;

прокуратурі за місцем виникнення нещасного випадку;

органу, до сфери управління якого належить це підприємство (у разі його відсутності - місцевому органу виконавчої влади);

санепідемстанції у разі гострих професійних захворювань (отруєнь);

профспілковій організації, членом якої є потерпілий;

вищестоящому профспілковому органу;

місцевому штабу цивільної оборони та надзвичайних ситуацій (у разі необхідності).

Власник повинен створити нормальні умови для роботи комісії, котра протягом не більше 5 робочих днів повинна провести розслідування.

Усі вперше виявлені хронічні професійні захворювання і отруєння підлягають розслідуванню. Власник зобов'язаний організувати розслідування причин кожного випадку профзахворювання протягом 15 робочих днів з моменту одержання повідомлення про профзахворювання. Розслідування проводиться комісією, яка призначається наказом керівника санепідемстанції під керівництвом працівника санепідемстанції. По підсумкам розслідування складається спеціальний акт розслідування.

Виходячи з того, що поверхні східців міжповерхових сходин у зволоженому стані являють собою небезпеку травм при падінні, повинні бути особлива увага та обережність з боку працівників під час вологого прибирання східців і змочених підошов взуття від дощу та снігопаду.

При постійному щоденному багатогодинному користуванні комп'ютерами виникає так званий "зоровий синдром" від кінескопів моніторів. Для усунення цього негативного явища необхідно під час роботи за комп'ютером здійснювати короткочасні перерви в даній роботі

Забороняється користуватися електроприладами з пошкодженою ізоляцією електропроводів (кабелів), а також підключати електроприлади мокрими руками. Дія електричного струму на організм людини проявляється по різному. Зі всіх видів поразки електричним струмом (опіки, металізація шкіри, електричні удари) найбільшу небезпеку представляють електричні удари, які є результатом проходження струму через тіло людини. Наслідки від поразки струмом залежать від величини струму, шляху і часу його дії, частоти струму і опору тіла людини. Безпечним є струм до 0.02 А, сила струму в 0,1 А і вище - смертельна.

На підприємстві повинен бути розроблений та затверджений план ліквідації аварій. Аварії поділяються на дві категорії:

до 1 категорії відносяться аварії, внаслідок яких:
загинуло 5 чи травмовано 10 і більше осіб;

стався викид отруйних, радіоактивних, біологічно небезпечних речовин за санітарно-захисну зону підприємства;

збільшилась концентрація забруднюючих речовин у навколишньому середовищі більш як у 10 разів;

зруйновано будівлі, споруди чи основні конструкції об'єкта, що створило загрозу для життя і здоров'я значної кількості працівників підприємства чи населення;

до 2 категорії відносяться аварії, внаслідок яких:
загинуло до 5 чи травмовано від 4 до 10 осіб;

зруйновано будівлі, споруди чи основні конструкції об'єкта, що створило загрозу для життя і здоров'ю працівників цеху, дільниці.

Причини аварії розслідування комісією протягом 10 днів. За підсумками розслідування складається спеціальний акт, на підставі якого власник видає

наказ, в якому передбачаються заходи по попередженню аварії, ліквідації їх наслідків та притягнення винних до відповідальності.

9. Пожежна безпека. Способи і засоби попередження пожеж, вибухів, аварій. Дії персоналу при виникненні пожежі

Правила пожежної безпеки регламентуються “Правилами пожежної безпеки в Україні”. Відповідальність за пожежну безпеку підприємства, своєчасне виконання протипожежних заходів, організацію пожежної охорони, забезпечення засобами пожеже гасіння, роботу пожежно-технічної комісії та добровільних пожежних дружин несе власник підприємства або особа, яка його заміняє.

Відповідальність за пожежну безпеку окремих дільниць, цехів, своєчасне виконання протипожежних заходів, наявність та справність засобів пожеже гасіння несуть керівники дільниць, цехів згідно з наказом власника.

Відповідальність за пожежну безпеку побутових та допоміжних підсобних приміщень несуть посадові особи, в розпорядженні яких знаходяться ці приміщення.

На підприємстві забороняється:

захаращувати проїзди, проходи та виходи в будівлях;

складувати матеріали поблизу пожежних щитів, та захаращувати підходи до них;

палити в місцях зберігання та використання легкозаймистих, горючих та вогнебезпечних матеріалів та речовин.

В місцях небезпечних в пожежному відношенні повинні бути вивішені:

попереджувальні написи про заборону паління;

плакати на протипожежні теми;

інструкції по додержанню заходів пожежної безпеки.

Кожний працівник у разі виникнення пожежі повинен:

негайно повідомити про пожежу керівника, який має вжити заходів по евакуації людей, спасіння матеріальних цінностей та повідомити пожежну частину;

приступити до гасіння пожежі наявними засобами пожеже гасіння;

зустріти прибуваючі пожежні підрозділи, інформувати їх про місце пожежі та наявність там людей.

Система пожежного захисту - це комплекс організаційних заходів і технічних засобів, направлених на запобігання дії на людей небезпечних чинників пожежі і обмеження матеріального збитку від них.

При виникненні пожежі особи, які знаходяться в зоні пожежі, зобов'язані вжити заходи по виклику спеціальних пожежних підрозділів, гасінню пожежі, порятунку людей і матеріальних цінностей. Для гасіння пожежі використовувати наявні засоби пожежогасіння. Після прибуття спеціальних пожежних служб керівництво гасінням пожежі покладається на них.

Метою пожежної безпеки установи є попередження виникнення пожежі на визначеному чинними нормативами рівні, а у випадку виникнення пожежі - обмеження її розповсюдження, своєчасне виявлення, гасіння пожежі, захист людей і матеріальних цінностей.

Для забезпечення пожежної безпеки необхідно суворо виконувати та постійно дотримуватись норм і правил пожежної безпеки:

У приміщеннях забороняється:

користуватися електронагрівачами з відкритими елементами для цілей опалення, приготування їжі тощо;

палити й застосовувати відкритий вогонь у приміщеннях;

самовільно без потреби зривати пломби на дверцях внутрішніх шаф з пожежними кранами;

користуватись пошкодженими розетками та подовжувачами, вимикачами й іншими електроприладами;

обгортати електролампи і світильники папером, тканиною та іншими легкозаймистими матеріалами, експлуатувати їх зі знятими ковпаками;

залишати без догляду, при виході із приміщення, увімкненими в електромережу нагрівальні прилади, радіоприймачі тощо.

Всі приміщення повинні своєчасно прибиратися і утримуватися в чистоті.

Меблі і обладнання слід розміщувати так, щоб забезпечувався вільний евакуаційний прохід до виходу з приміщення. Напроти дверей необхідно залишати прохід, який повинен дорівнювати ширині дверей, але не менше 1 м.

Порядок дії у разі пожежі (ознак горіння):

кожний працівник зобов'язаний терміново дзвонити за телефонами 101, повідомляти адресу, вказати кількість поверхів будівлі, місце виникнення пожежі, наявність людей, а також своє прізвище;

якщо можливо, вжити заходи евакуації людей, гасіння пожежі наявними засобами пожежогасіння та збереження матеріальних цінностей.

Засоби гасіння пожеж - комплект обладнання, до якого входять поршневі, струмені та центри фугові водяні насоси, гідромонітори, пристрої для підймання пожежників на певну висоту (висувні драбини тощо), пристрої для використання промислового (наприклад, шахтного, заводського тощо) водопроводу, різного роду вогнегасники, повітряно-пінні стволи (піно генератори), що є на озброєнні пожежно-рятувальних та гірничорятувальних частин і використовуються для гасіння пожеж.

До засобів гасіння пожежі належать:

вода й водяна пара;

хімічна й повітряно-механічна піна;

інертні і негорючі гази;

галоїдні вуглекислотні сполуки;

сухі порошки;

пісок, щільна тканина - повсть та азбест.

Для ліквідації невеликих осередків пожеж, а також для гасіння пожеж у початковій стадії їх розвитку силами персоналу об'єктів, застосовуються

первинні засоби пожежогасіння. До них належать: вогнегасники, пожежний інвентар (покривала з негорючого теплоізоляційного полотна або повсті, ящики з піском, бочки з водою, пожежні відра, совкові лопати), пожежний інструмент (гаки, ломи, сокири тощо). Їх застосовують для ліквідації невеликих загорянь до приведення в дію стаціонарних та пересувних засобів гасіння пожежі або до прибуття пожежної команди.

Вогнегасник - технічний засіб, призначений для припинення горіння подаванням вогнегасної речовини, що міститься в його корпусі, під дією надлишкового тиску, за масою і конструктивним виконанням придатний для транспортування і застосування людиною .

Найбільш поширеними засобами пожежогасіння на кожному підприємстві, установі, організації, до яких належать є:

- вогнегасники;
- пожежні крани-комплекти, ручні насоси та насоси-підвищувачі;
- лопати, ломи, сокири, гаки, пили, багри;
- ящики з піском, бочки з водою;
- азбестові полотнища, повстяні мати та ін.

За видом вогнегасної речовини вогнегасники поділяють на:

- водяні (водопінні);
- пінні;
- порошкові;
- газові (вуглекислотні);
- комбіновані.

Залежно від способу транспортування вони бувають:

- переносні (до 20 кг);
- пересувні (до 450 кг).

Залежно від об'єму вогнегасники бувають:

- малолітражні (до 5л);
- ручні (до 10 л);
- пересувні (понад 10л).

При гасінні порошковим вогнегасником струмінь, якщо він не перекриває вогнища пожежі, необхідно переміщувати швидкими рухами в горизонтальній площині, просуваючись у вибраному напрямку і не залишаючи за собою та і з боків непогашених ділянок. Подачу вогнегасного порошку не зупиняти до ліквідації пожежі.

При гасінні пінним вогнегасником рідини, що знаходиться в резервуарі або розлита на поверхні землі товстим шаром, струмінь необхідно подавати зі сторони вітру.

Рекомендації щодо роботи з порошковими вогнегасниками.

Якщо площа гасіння рідини становить 5-7 м², то для гасіння доцільно одночасно застосовувати два порошкові вогнегасники. Застосування декількох пінних вогнегасників можливе послідовне, а не одночасне, особливо це стосується вогнегасників із зарядом ППЛВ.

Гасіння електрообладнання, що знаходиться під напругою.

Можливе застосування порошкових або газових, у тому числі вуглекислотних, вогнегасників при напрузі до 1000 В(вольт). Гасіння здійснюється з відстані не менше 1 м.

Для забезпечення безпеки та попередження повторних загорянь електрообладнання необхідно при першій можливості знеструмити. Після цього доцільно догасити вогнегасником на водній основі.

Гасіння пожеж в приміщеннях. Пожежі та загоряння в приміщеннях супроводжуються значним задимленням та високою температурою, що не дає можливості працювати з вогнегасником в приміщеннях без індивідуальних засобів захисту. Тому необхідно застосовувати вогнегасник в перші хвилини виникнення загоряння.

Тип вогнегасника залежить від класу пожежі, що виникла. Найбільш універсальним є порошковий вогнегасник з зарядом багатоцільового порошку. Але його застосовувати можна при відсутності в приміщенні людей. При наявності в приміщенні людей доцільно застосовувати вогнегасники на водній основі.

Якщо при гасінні застосовувався порошковий вогнегасник, то після ліквідації горіння найбільш доцільно для догашування тліючих речовин та охолодження поверхонь застосовувати вогнегасники на водній основі, особливо з розпиленням струменем.

Гасіння пожеж автотранспортних засобів. Гасіння загоряння двигуна, а також місць розташування коробки передач необхідно починати з відстані не більше 2-3 м. Найбільш ефективний - порошковий вогнегасник. Порошковий струмінь направляти безпосередньо на вогнище пожежі, що дасть можливість повністю «накрити» місце пожежі порошковою хмарою і ліквідувати або локалізувати пожежу.

При горінні проливів пального біля транспортного засобу гасіння доцільно здійснювати порошковим вогнегасником, починаючи з проливу і послідовно переходити знизу вгору на гасіння джерела виливання пального. Можна застосовувати й інші вогнегасники.

Під час гасіння порошковий струмінь необхідно направляти зі сторони вітру на передній край горючої поверхні, переміщуючи розпилювач швидкими рухами із сторони в сторону в горизонтальній площині, пересуваючись вперед, поки горіння не буде ліквідовано.

10. Перша допомога потерпілим

Перша медична допомога – це комплекс заходів спрямованих на поновлення або збереження життя та здоров'я потерпілого, яке здійснюється особою, яка знаходиться поряд з потерпілим (взаємодопомога) або самим потерпілим (самодопомога) до прибуття медичних працівників.

Від того, наскільки вміло і швидко надана перша допомога, залежить життя потерпілого та успіх наступного лікування.

Надання першої допомоги при поразці електрострумом.

Перша допомога при нещасних випадках від електричного струму складається з двох етапів: звільнення потерпілого від дії струму і надання йому медичної допомоги.

При поразці електричним струмом перш за все необхідно швидко відключити ту частину установки, якої торкається потерпілий. Якщо постраждалий може при цьому впасти з висоти, потрібно попередити падіння. Якщо не можна швидко відключити електроустановку, необхідно відділити постраждалого від струмоведучих частин. Для цього слід скористатися сухою палицею, дошкою, мотузком, одягом або іншими сухими предметами, не провідними струм. Не можна користуватися в таких випадках металевими і мокрими предметами.

Щоб відірвати постраждалого від струмоведучих частин, можна узятися за його одяг, якщо він сухий і відстає від тіла людини, не торкаючись при цьому до навколишніх металевих предметів і до частин тіла, не покритого одягом. Щоб ізолювати себе від землі і від постраждалого, подаючий допомогу повинен надіти гумові калоші або встати на суху дошку або на яку-небудь суху, не провідну електрострум підстилку, на руки надіти гумові рукавички або обернути їх про гумовою або сухою тканиною. У разі потреби слід перерубати або перерізати дроти (кожен окремо) сокирою з сухою дерев'яною рукояткою або відповідним ізольованим інструментом, вживши заходи самоізоляції від землі.

Після звільнення потерпілого від дії електричного струму йому необхідно надати допомогу. Якщо потерпілий в свідомості, йому слід забезпечити повний спокій до прибуття лікаря. Якщо постраждалий знепритомнів, але зберігає дихання, потрібно зручно укласти на м'яку підстилку, розстебнути пояс і одяг, забезпечити приток свіжого повітря, дати понюхати нашатирний спирт з ватки, окропити водою (але не з рота), розтерти і зігріти тіло чистими сукнинами, а потім тепло укрити постраждалого, терміново викликати лікаря.

За відсутності ознак життя (відсутність дихання, серцебиття, не можна вважати постраждалого мертвим. Смерть часто буває помилковою. Визнати постраждалого за мертвого може тільки лікар, тому необхідно робити штучне дихання. Переносити постраждалого в інше місце можна тільки у виняткових випадках, коли небезпека продовжує загрожувати постраждалому або тому, хто допомагає. Коли постраждалий почне дихати самостійно, продовжувати штучне дихання шкідливо, але якщо дихання знов почне слабшати або припиниться, негайно слід відновити штучне дихання. Якщо постраждалий прийшов в свідомість то його необхідно укласти, укрити, зігріти, напоїти теплим напоєм і терміново доставити до лікарні для подальшого спостереження.

Закритий масаж серця.

Постраждалого кладуть на спину на жорстку поверхню так, щоб його грудна клітка знаходилася на невеликому піднесенні, а голова була закинена назад.

Надаючи допомогу кладе долоню однієї руки на нижню третину грудини постраждалого, іншою рукою натискає на тильну сторону першої руки у області зап'ястка.

Натискають на грудину не всією долонею, а тільки її верхньою частиною, швидкими поштовхами в середньому 60 разів на хвилину. Амплітуда руху - до 40 см.

Після кожного натискання руки швидко віднімають, щоб створити можливість грудній клітці розправитися. В цей час відбувається наповнення серця кров'ю з вен. Не слід натискати на ребра щоб уникнути їх перелому.

Штучне дихання «рот в рот» або «рот в ніс».

Потерпілого слід укласти на спину, швидко закинути йому голову назад, підкласти під потилицю одну руку, а другою рукою натиснути на лоб так, щоб підборіддя виявилось на одній лінії з шиєю.

Необхідно видалити з рота зайві предмети. При такому положенні голови просвіт глотки і верхніх дихальних шляхів значно розширяється і забезпечується повна прохідність, що є основною умовою успіху штучного дихання по цьому методу. Необхідно при цьому стежити, щоб язик постраждалого не запав і не закрив дихальний шлях. Після цього надаючи допомогу робить глибокий вдих і з силою видихає повітря в рот постраждалого.

При вдуванні повітря надаючи допомогу щільно притискує свій рот до рота постраждалого, одночасно прагнучи затиснути йому ніс. Після цього рятуючи відкидається назад і робить нове зітхання. У цей період грудна клітка постраждалого опускається і він мимовільно робить пасивний видих.

У хвилину повинні відбуватися 12-16 вдувань і видихань.

При неможливості повного обхвату рота потерпілого вдувати повітря в його легені слід через ніс. Щільно закривши при цьому рот постраждалого. У маленьких дітей повітря вдувають одночасно в рот і ніс, охоплюючи своїм ротом і ніс постраждалого.

Вдувати повітря в рот або ніс можна тільки через марлю, серветку або носову хустку, стежачи за тим, щоб при кожному вдуванні відбувалося достатнє розширення грудної клітки постраждалого.

При відновленні у потерпілого самостійного дихання, якийсь час слід продовжувати штучне дихання до повного приведення постраждалого в свідомість або до прибуття лікаря. В цьому випадку вдування повітря слід виробляти одночасно з початком власного вдиху потерпілого.

Надання першої допомоги при ударах.

Якщо зовнішні удари незначні, на забите місце необхідно покласти холодний компрес.

При важких зовнішніх ударах, при ударах внутрішніх органів треба якнайскоріше викликати лікаря або негайно доставити постраждалого на носилках в найближчий медичний пункт.

Надання першої допомоги при переломах і вивихах кінцівок.

При переломах і вивихах кінцівок необхідно дати їм повний спокій щоб уникнути додаткових пошкоджень навколишніх тканин, а також закритого

перелому у відкритий. Вправляти вивих повинен тільки лікар. При переломі або вивиху ключиці слід накладати пов'язку переломі передпліччя, плеча або стегна - шину.

Надання першої допомоги при пораненнях.

При пораненнях не можна промивати рану водою або лікарськими речовинами, засипати порошками або покривати мазями, стирати з рани пісок і видаляти з неї згустки крові, бинтувати рану ізоляційною стрічкою. Рану слід закрити стерильним матеріалом з індивідуального пакету або чистою полотняною ганчірочкою, змоченою в йодній настоянці.

Для зупинки кровотечі необхідно закрити рану, що кровоточить, перев'язувальним матеріалом, при цьому матеріал слід складати в грудочку (тампон), а рану придавити зверху, не торкаючись її. Якщо кровотеча не зупиниться, то не знімаючи накладений матеріал поверх нього накласти ще одну подушечку з іншого пакету або шматочок вати і забинтувати з деяким натиском на рану.

При сильній артеріальній кровотечі необхідно здавити кровоносні судини, що живлять рану, шляхом згинання кінцівок в суглобах, а також пальцями, джгутом. Слід терміново викликати лікаря.

Надання першої допомоги при обморожуванні.

При обморожуванні частини тіла надання першої допомоги полягає у розтиранні відмороженої ділянки, яке потрібно виконувати в теплому приміщенні за допомогою вапна або м'якої тканини, змоченої спиртом або горілкою.

Якщо на ураженій ділянці з'явилося почервоніння, а тим більше виникли міхури і з'явилося омертвіння ткани, розтирання та підігрівання робити забороняється. У таких випадках на відморожену ділянку тіла накладають суху стерильну пов'язку, дають потерпілому гарячий чай, зігрівають його і направляють до лікарні.

Надання першої допомоги при розтягненні і розриві зв'язок.

При розривах зв'язок застосовують тугу пов'язку й охолодження пошкодженого місця.

Надання першої допомоги у разі непритомності.

Забезпечити доступ свіжого повітря, розстібнути одяг, дати понюхати нашатирний спирт.

Якщо потерпілий не дихає, починати робити штучне дихання.

Надання першої допомоги при опіках.

За характером дії опіки бувають термічні (від дії вогню, нагрітого металу, води) та хімічні (від дії кислот, лугу).

Розрізняють опіки чотирьох ступенів.

Термічні опіки.

I ступінь (еритема) - почервоніння шкіри, набряклість і біль;

II ступінь (утворення пухирів) - сильний біль з інтенсивним почервонінням, відшаруванням епідермісу з утворенням міхурів, наповнених прозорою або каламутною рідиною;

III ступінь - некроз всієї товщі шкіри з утворенням щільного струпу, під яким перебувають ушкоджені тканини;

IV ступінь (обвуглення) - виникає при впливі на тканини дуже високих температур (полум'я, розплавлений метал тощо); частіше при пожежах та аваріях на автотранспорті (ДТП), в літаках, при нещасних випадках на шахтах; результат таких опіків - ушкодження м'язів, сухожилів, кісток.

Хімічні опіки.

I ступінь (еритема) - почервоніння шкіри, набряклість і біль;

II ступінь (утворення пухирів) - сильний біль з інтенсивним почервонінням, відшаруванням епідермісу з утворенням міхурів, наповнених прозорою або каламутною рідиною;

III ступінь (ураження глибших шарів шкіри аж до підшкірної жирової тканини) - поява пухирів, наповнених мутнуватою рідиною або кров'ю, порушення чутливості (зона опіку безболісна);

IV ступінь - ураження усіх тканин: шкіри, м'язів, сухожилів аж до кісток.

Дії з допомоги при опіках:

1. Переконатися у відсутності особистої небезпеки.
2. Оглянути постраждалого, визначити наявність у нього свідомості та дихання.

3. Викликати бригаду швидкої медичної допомоги.

4. Якщо у постраждалого відсутнє дихання, розпочати проведення серцево-легеневої реанімації.

5. При опіках першого або другого ступеня:

охолодити місце опіку прохолодною водою протягом 10–20 хвилин; при хімічних опіках - швидко видалити хімічну речовину з ураженої поверхні, знизити концентрацію її залишків на шкірі за рахунок інтенсивного промивання водою;

після охолодження (промивання) накрити пошкоджену ділянку чистою вологою серветкою;

не слід спеціально проколювати пухирі; якщо пухирі розірвались, накласти стерильну пов'язку.

6. При опіках третього або четвертого ступеня:

накрити місце опіку стерильною серветкою;

за наявності ознак шоку дати постраждалому протишоковий препарат;

7. Не використовувати при опіках мазі, гелі та інші засоби до прибуття бригади швидкої медичної допомоги. Не намагайтеся видалити хімічні речовини серветками, тампонами, змоченими водою, з ураженої ділянки шкіри - так ви ще більше втираєте хімічну речовину в шкіру.

8. При опіках, викликаних хімічними речовинами:

негайно зняти одяг або прикраси, на які потрапили хімічні речовини;

якщо агресивна речовина, що викликала опік, має порошкоподібну структуру (наприклад, вапно), то слід спочатку видалити залишки хімічної речовини і тільки після цього почати змивання, за винятком випадків, коли

контакт речовини з водою протипоказаний (наприклад, органічні сполуки алюмінію, які при з'єднанні з водою займаються).

якщо допомога при хімічному опіку затримується, тривалість обмивання збільшують до 30–40хв;

після змивання необхідно за можливості нейтралізувати дію хімічних речовин. При опіках кислотами слід обмити пошкоджену ділянку шкіри мильною водою або 2% розчином питної соди. При опіках лугом пошкоджену ділянку шкіри слід промити слабким розчином лимонної кислоти або оцту.

Якщо хімічна речовина не відома, необхідно зберегти її зразок або детальний опис для ідентифікації.

9. Забезпечити постійний нагляд за постраждалим до приїзду бригади швидкої медичної допомоги.

10. При погіршенні стану постраждалого повторно зателефонувати диспетчеру швидкої медичної допомоги та дотримуватись його рекомендацій.

Головний спеціаліст загального
відділу



Тетяна ГАВРЮШЕНКО