

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
города Набережные Челны «Детский физкультурно-оздоровительный центр

«Дельфин №8»

Согласовано
Председатель первичной профсоюзной
организации

 Р.В.Арзамасцева



Введено в действие приказом
от 04.05. 022 г. № 35

ИНСТРУКЦИЯ

для обучающихся по оказанию

первой помощи

ИТБ – 20 – 2022

Правила оказания первой помощи

1. Каждый обучающийся должен знать и уметь оказывать первую помощь при несчастном случае.
2. При ушибе следует обеспечить покой ушибленной части тела, к ушибленному месту приложить холод (лед, холодную воду, смоченную холодной водой ткань). Не допускается смазывать ушибленное место йодом, растирать его, делать массаж.

При подозрении на ушибы внутренних органов до прибытия скорой помощи необходимо освободить пострадавшего от стесняющей одежды и положить на ровное место.

3. При растяжении тканей (мышц) необходимо также приложить холод и наложить мягкую фиксирующую повязку.
4. При вывихе суставов необходимо обеспечить полную неподвижность в суставе. Вправлять вывихнутый сустав самостоятельно запрещается.
5. При любом повреждении кожи и тканей тела следует смазывать йодом кожу вокруг ран стерильным материалом (бинтом, салфеткой) и наложить повязку. Промыть рану и извлекать из нее инородные тела самостоятельно запрещается.
6. При переломе конечностей необходимо обеспечить неподвижность кости путем наложения шины из специальных или подручных материалов (доски, планки, фанеры, палки), длина которой должна быть такой, чтобы она заходила за те два участка сустава конечностей, между которыми произошел перелом. При подозрении на перелом позвоночника пострадавшего следует уложить животом вниз на жесткие носилки или щит из досок (дверь, крышку от стола, толстый фанерный лист). Вопрос о его транспортировке решает только медицинский работник. При открытом переломе на поврежденное место следует дополнительно наложить стерильную повязку. Извлекать и трогать костные обломки запрещается.
7. При термическом ожоге без пузырей (ожог первой степени), обожженное место промывают струей чистой воды, обрабатывают пораженный участок слабым розового цвета раствором марганцовокислого калия (при возможности спиртом или одеколоном), накладывают сухую стерильную повязку.

При ожогах 2-ой, 3-й степени (наличие пузырей, обугливание тканей) обожженный участок следует закрыть стерильным материалом, а в случае обширного ожога накрыть простыней и одеялом.

Оказывая помощь при ожогах следует помнить, что к обожженной части нельзя прикасаться руками или грязными предметами, прокалывать и снимать пузыри, открывать прилипшие к обожженному месту части одежды, смазывать обожженную поверхность жирами и присыпать ее порошками.

Обрабатывать обожженный участок разрешается соответствующими противоожоговыми аэрозолями или антисептиком, если таковой имеется.

8. При обморожении пострадавшего следует поместить в теплое помещение, дать горячий чай или воду, наложить сухую стерильную повязку.
9. При отравлении газами пострадавшего следует вывести (вынести) на свежий воздух или в другое помещение, открыв там форточки, окна, двери, дать понюхать нашатырный спирт.

В случае остановки дыхания или потери сознания необходимо немедленно приступить к искусственному дыханию способом «рот в рот» или «рот в нос», которое надо делать до прибытия скорой помощи или до восстановления естественного дыхания. После восстановления дыхания пострадавшего следует растереть и накрыть одеялом, пальто и т.п.

10. При отравлении антифризом или другим промышленным ядом необходимо промыть желудок путем принятия 2-3 стаканов воды с последующим вызовом рвоты искусственным путем.
11. При отравлении кислотами желудок следует промывать подщелоченной (1 чайная ложка пищевой соды на стакан воды) или просто холодной водой путем принятия 2-3 стаканов жидкости с последующим вызовом искусственной рвоты, а при отравлении щелочами промывают подкисленной водой (1 г. лимонной кислоты на полстакана воды или 1 столовая ложка 3-х процентного уксуса на стакан воды).
12. При отравлении свинцом или его соединениями необходимо немедленно произвести промывание желудка 0,5 – 1 процентным раствором глауберовой соли (слабительное средство).
13. При поражении электрическим током необходимо немедленно отсоединить пострадавшего от электросети, выключить рубильник, отбросить электропровод сухой палкой, доской или каким –нибудь непроводником, в случае необходимости перевязать или перерубить провод топором с сухой деревянной ручкой или другим изолированным инструментом. Запрещается пользоваться в таких случаях мокрыми или изолированными металлическими предметами. При этом, в случае необходимости, следует принять меры страховки пострадавшего от падения (при нахождении его на высоте).

Категорически запрещается зарывать пострадавшего в землю, поскольку это не только бесполезно, но и вредно.

Если после отключения пострадавшего от электросети обнаружена остановка дыхания, необходимо сразу же начинать искусственное дыхание.

Если пострадавший находится в бессознательном состоянии, у него устойчивое дыхание и пульс, его следует уложить на спину, расстегнуть одежду, создать

приток свежего воздуха, дать понюхать нашатырный спирт, обрызгать лицо холодной водой.

Пораженный электрическим током места на теле (чаще на руках и ногах) следует закрыть сухой (марлевой) повязкой.

В любом случае один из очевидцев должен немедленно вызвать медицинского работника (скорую помощь) или помочь доставить пострадавшего в лечебное учреждение.

Разработал: специалист по ОТ

Н.Е.Бушуева