

Приложение
УТВЕРЖДЕНА
распоряжением от 31.10.2023 № 399_

**Общество с ограниченной ответственностью «ПромВодоКанал»
ООО «ПромВодоКанал»**

**ИНСТРУКЦИЯ
ПО ОБЩИМ ВОПРОСАМ
ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ**

Дата вступления в действие: ноябрь, 2023

ИУН-ОТ 102.01.001-2023
Введена взамен ИУН-ОТ 102.01.001-2022

Содержание

1.	Область применения	3
2.	Общие требования	3
3.	Правила безопасности на территории Общества	6
4.	Основные правила безопасности при выполнении работ	16
5.	Производственная санитария и личная гигиена	17
6.	Обязанности и действия при аварии, пожаре, несчастном случае	18
7.	Правила пользования первичными средствами пожаротушения	20
8.	Ответственность	25
	Приложение 1. Термины, определения, сокращения	26
	Приложение 2. Ключевые правила безопасности ООО «ПВК»	30
	Приложение 3. Предельная температура, ниже которой не могут производиться работы на открытом воздухе и меры профилактики перегревания	37
	Приложение 4. Памятка о правилах поведения при контакте с безнадзорными и дикими животными на территории объектов ООО «ПВК»	39
	Приложение 5. Правила безопасного движения пешеходов на территории и объектах ООО «ПВК»/ООО «Газпром нефтехим Салават»	43
	Приложение 6. Правила безопасного движения на велосипедах	45
	Приложение 7. Табель оснащенности средствами для ликвидации наледи, снежных заносов и т.д. на территории ООО «ПВК»	46
	Приложение 8. Разрешение на временное закрытие проезжей части дороги на территории ООО «ПВК»/ООО «Газпром нефтехим Салават» (форма)	47
	Приложение 9. Общие требования к организации безопасного рабочего места	48
	Приложение 10. Требования охраны труда при работе на персональном компьютере	51
	Приложение 11. Меры оказания первой помощи пострадавшим	56
	Приложение 12. Требования охраны труда при использовании копировальной техники, бытовых приборов	90
	Приложение 13. Общие вопросы по электробезопасности	91
	Приложение 14. Основные права и обязанности работника и работодателя.	94
	Приложение 15. Журнал регистрации заезда автомобильного транспорта	100
	Приложение 16. Памятка о вреде курения (рекомендуемая)	101
	Лист изменений/дополнений, внесенных в ИУН-ОТ 01.001-2023	
	Лист учета изменений к ИУН-ОТ 01.001-2023	
	Лист ознакомления с ИУН-ОТ 01.001-2023	

1. Область применения

1.1. Настоящая инструкция является организационно-нормативным документом, который устанавливает основные правила производственной безопасности, знание и соблюдение которых обязательно для работников ООО «ПромВодоКанал» (далее – ООО «ПВК») и лиц, находящихся на территории ООО «ПВК».

1.2. Требования настоящей инструкции являются обязательными для исполнения всеми работниками ООО «ПВК» и лицами, находящимися на территории ООО «ПВК».

1.3. Требования настоящей инструкции не отменяют необходимости соблюдения требований действующих нормативных актов Российской Федерации.

1.4. Термины, определения и сокращения, используемые в настоящей инструкции, приведены в приложении 1, требования охраны труда при работе на персональном компьютере – в приложении 10, требования охраны труда при использовании копировальной техники, бытовых приборов – в приложении 12, общие вопросы по электробезопасности – в приложении 13, основные права и обязанности работника и работодателя – в приложении 14.

2. Общие требования

2.1. В подразделениях ООО «ПВК» должны быть изданы распорядительные документы в соответствии с требованиями Федеральных нормативно-правовых актов и локальных документов.

2.2. Работники ООО «ПВК» и лица, находящиеся на территории ООО «ПВК», также должны руководствоваться Ключевыми правилами безопасности ООО «ПромВодоКанал» (приложение 2).

2.3. Работники ООО «ПВК» и иные лица¹, при нахождении на территории производственной площадки, производственных объектов ООО «ПВК», кроме движения работников по утвержденному маршруту от КПП до административно - бытовых помещений, находящихся на территории ООО «ПВК» и ООО «Газпром нефтехим Салават» при следовании на работу и с работы, должны быть одеты в сертифицированные и исправные: специальную одежду, специальную обувь, каску². При себе необходимо иметь средства защиты органов дыхания (противогаз или самоспасатель).

2.4. Все лица, вне зависимости от рода деятельности, служебного положения и цели посещения территории производственных площадок ООО «Газпром нефтехим Салават» должны находиться в защитных очках³.

¹ Для работников ООО «ПВК» и представителей комиссий, делегаций, надзорных и проверяющих органов и т.д., которые должны находиться на территории ООО «ПВК» при выполнении служебных и профессиональных обязанностей - выдача, пользование, уход, хранение и другие вопросы, связанные с использованием СИЗ (СИЗОД) определены в действующем стандарте «Обеспечение работников СИЗ».

² Каска применяется только с пристегнутым подбородочным ремнем.

³ Если работник использует очки для коррекции зрения, дополнительное применение защитных очков не требуется.

2.5. Запрещается:

- нахождение на территории ООО «ПВК» без СИЗ и СИЗОД, указанных в п.2.3 настоящей инструкции;
- передача другим лицам СИЗ, СИЗОД (респираторы, фильтрующие противогазы, дыхательные аппараты), выданных в личное пользование;
- несанкционированный допуск персонала к оборудованию⁴;
- производить в зимнее время года работы на открытом воздухе ниже предельной температуры (приложение 3);
- приходить на работу в состоянии алкогольного, наркотического или иного токсического опьянения и с признаками такого опьянения;
- употребление алкогольных напитков, спиртосодержащих жидкостей, наркотических и иных токсических веществ на территории ООО «ПВК» и ООО «Газпром нефтехим Салават»;
- посещать без необходимости подразделения, которые не являются для работников их рабочими местами, а также находиться на территории ООО «ПВК» в нерабочее время, за исключением случаев выполнения особых поручений;
- использование сотовых телефонов с целью ведения фото и видеосъемки, просмотра и прослушивания видео и аудио контента не производственного назначения, в том числе с использованием всех видов наушников;
- курить, потреблять никотиносодержащую продукцию вне специально отведенных для этой цели местах;
- осуществлять кормление животных (собак, кошек, лис и др.)

2.6. На территории ООО «ПВК» возможно воздействие на работников следующих вредных и опасных производственных факторов, которые могут привести, например:

- к отравлению работающих парами нефтепродуктов, аммиака, сероводородом и другими вредными веществами;
- к обморожению работающих при попадании сжиженных газов на незащищенные участки тела;
- к химическим ожогам кислотой, щелочью, жидким аммиаком и другими агрессивными веществами;
- к термическим ожогам при соприкосновении с горячими частями оборудования, трубопроводов, водяным паром, конденсатом и т.д., взрыве, пожаре;
- к травмированию вращающимися и движущимися частями механизмов и оборудования в случае отсутствия или неисправности ограждений, средств защиты и блокировки, при падении с высоты, движущимся транспортом, падение предметов на работника, обвала грунта при ведении земляных работ и т.д.;
- к поражению электрическим током в случае выхода из строя заземления

⁴ Персонал обслуживает оборудование в соответствии с перечнем обслуживаемого оборудования (действующее СТО «Контроль технологического процесса»).

токоведущих частей электрооборудования или пробоя электроизоляции, неприменения средств защиты и т.д.;

- к получению порезов и травм при работе с заготовками, имеющими острые кромки и заусенцы;
- к получению травм, при движении по скользким, неровным, неосвещенным поверхностям, трапам, лестницам;
- к удушью в замкнутом пространстве в результате вытеснения кислорода воздуха инертными газами (азотом и др.);
- к **профессиональному** заболеванию вследствие воздействия шума, вибрации и т.д.

Идентификационные опасности приведены в Реестре опасности и рисков в области производственной безопасности.

2.7. Учитывая наличие опасных и вредных факторов и во избежание получения травм, каждый работник обязан:

- знать и выполнять требования правил, норм и инструкций по вопросам производственной безопасности на территории ООО «ПВК» и своем рабочем месте;
- соблюдать правила внутреннего трудового распорядка, внутриобъектового и пропускного режима;
- соблюдать трудовую дисциплину;
- знать опасные и вредные свойства паров и газов, жидкостей и твердых веществ, с которыми приходится соприкасаться в процессе работы, соблюдать правила обращения с ними;
- знать и выполнять свои обязанности по ПМЛА, ПЛРН;
- содержать в порядке свое рабочее место, закрепленное оборудование, а также соблюдать чистоту в цехе и на территории ООО «ПВК»;
- уметь пользоваться средствами индивидуальной защиты, **индивидуальной защиты органов дыхания**, первичными средствами тушения пожара, знать их назначение и принцип работы;
- уметь оказывать первую помощь пострадавшим;
- не находиться в других местах, если это не связано с выполнением его должностных обязанностей и характером выполняемой работы;
- соблюдать личную осторожность при проведении какого-либо вида работ, выполнении заданий, при перемещении по территории ООО «ПВК» и т.п.
- не допускать выполнение работ вблизи незащищенных вращающихся или движущихся частей оборудования с длинными и неубранными волосами, в не застегнутой специальной одежде и свисающими ее элементами;
- не находиться под перемещаемыми грузами **при проведении погрузочно-разгрузочных работ**;
- работы по покраске, побелке, уборке территории, рабочего места и т.д., при проведении которых не исключено травмирование органов зрения, проводить с применением средств защиты органов зрения (защитных очков, щитков), а также с применением средств защиты органов дыхания;
- **информировать непосредственного руководителя в случае приема**

лекарственных препаратов, влияющих на координацию движений, плохом самочувствии;

- не допускать работы с неисправным инструментом.

2.8. Руководитель подразделения должен ознакомить⁵ под личную подпись всех подчиненных работников (в т.ч. принимаемых на работу лиц, а также работников, имеющих перерыв в работе более года) по принадлежности:

- с инструкциями по охране труда по профессии;
- схемой безопасного маршрута движения персонала от КПП до административно-бытовых помещений и от административно-бытовых помещений до рабочих мест;

- с Политикой и Целями ООО «ПВК»;
- с Ключевыми правилами безопасности ООО «ПВК» (приложение 2) (в рамках настоящей Инструкции);

- с остальными локальными документами ООО «ПВК» в области производственной безопасности:

- ✓ с унифицированными инструкциями по ОТ по видам работ, производственной безопасности по принадлежности и изменениями к ним;

- ✓ со стандартами ООО «ПВК» в рамках Единой системы управления производственной безопасностью;

- ✓ Реестром опасностей и рисков;

- ✓ схемами безопасного маршрута движения работников на велосипедах;

- ✓ с перечнем газоопасных работ;

- ✓ с документами, регламентирующими нормы выдачи СИЗ, смывающих и обезвреживающих средств, обеспечения СИЗОД, выдачи молока;

- с перечнем работ на высоте.

2.9. Руководитель подразделения должен обеспечить контроль⁶ за подчиненным работником, который находится один на смене (на отдельно стоящем объекте и т.п.).

2.10. В целях исключения контакта с безнадзорными и дикими животными, в том числе с животными, способными переносить возбудителей заболеваний, необходимо соблюдать правила поведения, изложенные в Памятке (приложение 4).

3. Правила безопасности на территории

Порядок движения по территории ООО «ПВК» и ООО «Газпром нефтехим Салават»

3.1. Входить на территорию ООО «ПВК» и выходить с его территории разрешается только через КПП в соответствии с требованиями действующего стандарта «Обеспечение охраны объектов Общества и внутриобъектового

⁵ В сроки и в порядке согласно требований стандарта «Обязательное обучение работников».

⁶ Определить порядок и периодичность контроля, взаимосвязь, ответственных лиц в распорядительном документе, либо в инструкции по охране труда по профессии и т.д.

режима».

3.2. В каждом подразделении должны быть разработаны и вывешены на информационном стенде схемы безопасного маршрута движения:

- персонала от КПП до административно-бытовых помещений и от административно-бытовых помещений до рабочих мест;
- работников на велосипедах (по принадлежности)⁷.

3.3. Схемы разрабатываются начальником цеха, службы, центра, лаборатории, участка и т.п. (соответственно структуре подразделения), согласовываются с начальником ОПБ, ОТ и ООС и утверждаются техническим директором ООО «ПВК».

Схемы должны пересматриваться не реже 1 раза в 5 лет и актуализироваться при необходимости изменения маршрутов движения.

3.4. Правила безопасного движения пешеходов на территории и объектах ООО «ПВК» и ООО «Газпром нефтехим Салават» приведены в приложении 4.

3.5. К управлению велосипедом допускаются работники, назначенные распорядительным документом за подписью директора ООО «ПВК». Данным распорядительным документом также должны быть назначены лица, ответственные за исправное состояние велосипедов.

Распорядительный документ пересматривается не реже 1 раза в 5 лет и актуализируется при необходимости.

3.6. Движение велосипедов по территории ООО «ПВК» разрешается в период с пятнадцатого апреля по тридцать первое октября.

Запрещено движение велосипедов при выпадении осадков в виде снега, при образовании гололёда и иных опасных условий.

Правила безопасного движения на велосипедах приведены в приложении 5.

3.7. Всем работникам рабочих профессий подразделений ООО «ПВК», допущенным к вождению велосипедов, перед началом периода, разрешающего использование велосипедов, непосредственный руководитель проводит внеплановый инструктаж⁸ по безопасному вождению велосипедов в объеме приложения 5 настоящей инструкции.

3.8. Каждый работник, при обнаружении на территории ООО «ПВК» или на территории ООО «Газпром нефтехим Салават» опасности (открытый колодец, не ограждённые траншея или котлован, наличие пропуска нефтепродукта, других агрессивных жидкостей и газов, возникновение загорания, загазованности, **искрения на кабельном сооружении или повреждение опоры, обрыва воздушной линии электропередач** или иной аварийной ситуации) должен немедленно сообщить об этом непосредственному руководителю или старшему по смене (диспетчеру ПДО), ОПБ, ОТ и ООС.

3.9. В зимнее время необходимо своевременно очищать от снега и льда, посыпать песком площадки, настилы, лестницы, переходы, тротуары, пешеходные дорожки и дороги, своевременно удалять сосульки и корки льда, образующиеся на аппаратуре и оборудовании, крышах зданий, металлоконструкциях, эстакадах и т.д.

⁷ Выезд за территорию периметра ООО «ПВК» и ООО «Газпром нефтехим Салават» запрещается.

⁸ В соответствии со стандартом «Обязательное обучение работников».

Подразделения должны быть оснащены средствами для ликвидации наледи, снежных заносов и т.д. в соответствии с табелем оснащенности (приложение б).

Порядок движения транспортных средств по территории

3.10. Въезд (выезд) транспортных средств разрешается через выделенные для этого КПП, а движение - по определенным улицам в зависимости от состояния дорог и нахождения объектов.

3.11. Движение транспортных средств организаций, заезжающих на территорию ООО «ПВК» от контрольно-пропускного пункта до пункта назначения организовывается и осуществляется по маршруту движения, утвержденному техническим директором.

3.12. Скорость движения транспортных средств по территории ООО «ПВК» не должна превышать 30 км/час.

3.13. При движении транспортных средств, оборудованных ремнями безопасности:

- водитель обязан быть пристегнутым и не перевозить пассажиров, не пристегнутых ремнями;

- пассажир обязан быть пристегнутым ремнями безопасности.

3.14. Транспортные средства должны перемещаться по территории ООО «ПВК» и ООО «Газпром нефтехим Салават» с включенными фарами ближнего света или дневными ходовыми огнями (в светлое время суток).

3.15. Водитель транспортного средства обязан:

- соблюдать безопасную дистанцию с учетом погодных условий, правила маневрирования, также избегать резких торможений;

- быть бдительными, предельно внимательными, снижать скорость при приближении к пешеходным переходам, перекресткам, железнодорожным переездам, не допускать использование сотовых телефонов в момент движения;

- соблюдать требования дорожных знаков и правила дорожного движения.

3.16. Въезд автомобильного транспорта на территорию производственного объекта допускается с устного разрешения руководителя объекта (начальника цеха, участка, службы, центра, старшего по смене), который определяет необходимость и обеспечивает безопасный въезд автомобильного транспорта на территорию объекта, с регистрацией в журнале въезда автомобильного транспорта (приложение 15), а также обеспечивает сопровождение транспорта представителем объекта (цеха, участка, службы, центра).

Въезд без отметки в журнале регистрации заезда автомобильного транспорта допускается для автомобильного транспорта для специальных служб экстренного вызова.

Выполнение отметки в журнале регистрации заезда автомобильного транспорта и обеспечение сопровождения представителями подразделений не требуется для автомобильного транспорта ЭГЛ, ООВ, ПДО, при выполнении операций автомобильным транспортом, закрепленным за подразделением, по доставке:

- персонала для отбора проб;

- проб в лабораторию ЭГЛ;
- средств отбора и тары, лабораторного оборудования, средств измерения, реактивов;
- персонала КИП и А для проведения технического обслуживания средств измерения;
- оборудования, инструментов и приспособлений к местам проведения работ;
- материально-технических ценностей;
- нормативной документации, рабочих журналов.

3.17. Запрещается заезд транспортного средства на газоны и стоянка под эстакадами с технологическими трубопроводами.

3.18. В случае необходимости заезда транспортного средства под запрещающий дорожный знак руководителю подрядной организации или подразделения ООО «ПВК» необходимо получить письменное разрешение⁹ начальника отдела логистики САТ и М АХУ ООО «Газпром нефтехим Салават».

3.19. При перевозке крупногабаритных или опасных грузов, а также при перегоне грузоподъемных механизмов, руководитель подрядной организации (подразделения ООО «ПВК») – владелец указанных грузов или механизмов обязан согласовать маршрут и время передвижения с руководителями ОЛ САТ и М, ОНЗ и С АХУ, ЦОКОП ПУ, СКЗ, ПСЧ, ВГСЧ УЭПБ и ОТ ООО «Газпром нефтехим Салават», персоналом здравпункта № 1 ООО «Медсервис» и организовать их сопровождение представителями организации, осуществляющей контроль за состоянием транспортной безопасности.

3.20. Для производства работ, связанных с временным закрытием проезжей части дороги руководитель подрядной организации или подразделения ООО «ПВК», инициирующее перекрытие дороги, перед началом должен оформить «Разрешение на временное закрытие проезжей дороги на территории ООО «Газпром нефтехим Салават»» (приложение 8) (далее – Разрешение), и согласовать его с руководителями ПСЧ, ВГСЧ УЭПБ и ОТ, СКЗ, ОЛ САТ и М, ОНЗ и С АХУ, персоналом здравпункта № 1 ООО «Медсервис». Разрешение действует только на период, указанный в нем.

3.21. Движение по железнодорожному переезду громоздких транспортных средств или механизмов шириной более 5 метров или высотой более 4,5 метров, провоз особо тяжелых грузов допускается в каждом отдельном случае с разрешения руководства ООО «ППЖТ».

Содержание территории, производственных помещений, рабочих мест

3.22. Общие требования к организации безопасного рабочего места изложены в приложении 9 к настоящей инструкции.

3.23. Рабочие места, здания, территория цехов, установок, участков, лаборатории и т.д., а также дороги, проезды и проходы должны содержаться в

⁹ Произвольной формы.

чистоте и порядке.

3.24. Каждое помещение, расположенное на территории ООО «ПВК», должно быть обозначено в соответствии с его назначением.

3.25. На поверхности дорожных покрытий не допускается наличие повреждений, открытых проемов, посторонних предметов.

3.26. Элементы трубопровода, оборудования, перепады высот и т.д., пролегающие на пути следования работников, должны быть оборудованы переходным мостиком.

3.27. На территориях и участках, где имеются места со скользкой поверхностью, необходимо применение красно-белых и желто-черных лент ограждения, наличие штендеров либо комбинированных знаков безопасности, содержащих предупреждающие знаки и поясняющую надпись, например, «Осторожно. Скользко», «Осторожно, скользкий пол».

3.28. В местах, где есть риск проскальзывания или спотыкания, на наклонных поверхностях (пороги, края площадок, пешеходные зоны на складах, душевых и т.п.) необходимо обеспечить применение противоскользких лент и покрытий.

3.29. При наличии препятствий на пути следования персонала (перепад высот, наличие пролегающего трубопровода, выступающие элементы и т.п.) необходимо обеспечить наличие сигнальной разметки или комбинированных знаков безопасности.

3.30. Мусор, отходы производства, листья, сухую траву следует систематически убирать с закрепленной территории подразделения. В летнее время трава должна быть скошена и вывезена с территории.

3.31. Смазочные масла и другие горючие материалы могут храниться на рабочем месте в объеме, не превышающем суточной потребности. Места хранения этих продуктов должны быть снабжены приспособлением для удобства их отбора обслуживающим персоналом (бочки с кранами, удобные подставки и др.).

3.32. Хранение и складирование предметов и материалов допускается только в складских помещениях, кладовых, оборудованных согласно действующим нормам в области пожарной безопасности, и имеющих первичные средства пожаротушения.

Запрещается хранить емкости (бутылки, канистры и т.п.) без маркировки содержимого вещества в емкости.

3.33. Полы в помещениях должны содержаться в исправном состоянии.

3.34. Уборку пола производственных помещений и площадок наружных установок (от пыли, мусора и т.д.) производить по мере необходимости, но не реже одного раза в смену.

3.35. Запрещается использовать для мытья полов и стен горючие и легковоспламеняющиеся жидкости.

3.36. Пролитые на пол различные химические растворы, нефтепродукты необходимо нейтрализовать и убрать при помощи сухого песка, а пол протереть ветошью, после чего облитое место тщательно вымыть водой. Эти работы следует проводить в СИЗ (противогазах, респираторах, перчатках и т.д.).

3.37. Открытые производственные площадки должны иметь твердые и ровные покрытия с уклоном для стока вод (талых, ливневых, поливочных).

Поверхности площадок, ступеней лестниц спуска и подъема, переходных мостиков необходимо очищать летом от грязи, зимой – от снега и льда.

Площадки обслуживания, лестницы спуска и подъема, переходные мостики и т.п. должны содержаться в исправном состоянии.

3.38. При разливе нефтепродуктов на грунт место разлива должно быть засыпано песком с последующим удалением его в безопасное место и вывозом на утилизацию.

3.39. На территории, в производственных помещениях, на рабочих местах запрещается:

- размещать и накапливать неиспользуемые материалы, отходы производства;
- загромождать проходы, проезды, выходы, коридоры, тамбуры, лестничные клетки, запасные выходы оборудованием, сырьем, готовой продукцией или какими-либо предметами;
- устраивать на лестничных клетках кладовые и другие подсобные помещения, а также хранить под лестничными маршами и на лестничных площадках вещи, мебель, оборудование и другие горючие материалы;
- оставлять промасленные тряпки и бумагу на рабочих местах. Их следует собирать в металлические закрывающиеся ящики, которые должны ежедневно очищаться¹⁰.

3.40. На стенах лестничных клеток должны быть размещены информационные таблички:

- запрещающие: использование мобильных устройств и чтение документов при перемещении; перемещение вещей и материалов, ограничивающих видимость путей;
- предписывающие: держаться за поручни при движении по лестнице;
- предупреждающие: об опасности открывания дверей; о влажной уборке; прочих опасностях.

3.41. На рабочих местах, в местах передвижения персонала необходимо:

- обеспечить направленность освещения, исключая образование теней, скрывающих опасные места, а также ослепление прямым или отраженным источником освещения;
- обеспечить размещение устройств управления освещением у входа в помещение, исключая необходимость перемещения по неосвещенному помещению для включения света;
- исключить резкий перепад яркости в местах перемещения работников из одного помещения в другое или в пределах одного помещения, а также видимого мерцания источника освещения.

3.42. Не допускать размещение коммуникаций (проводов, кабелей, шлангов и т.п.) на путях передвижения персонала. При прокладке коммуникаций к стационарным устройствам необходимо обеспечить прокладку коммуникаций в

¹⁰ В соответствии со Стандартом «Управление отходами производства и потребления».

полу или проводить к устройствам и оборудованию сверху, на высоте, на которой коммуникации не будут мешать перемещению. В случае использования временных проходов не допускать их размещение на пути движения, если это невозможно, применять знаки, предупреждающие об опасности.

3.43. Не допускать в офисных помещениях размещение оборудования, инструментов, материалов, документации и т.п. на полках и на шкафах, доступ к которым невозможен без применения стремянок или других приспособлений.

Требования к местам курения и комнатам приема пищи

3.44. Курение, потребление никотиносодержащей продукции на территории ООО «ПВК» разрешается только в специально выделенных местах на открытом воздухе или в изолированных помещениях, которые оборудованы системами вентиляции.

3.45. Места для курения или потребления никотиносодержащей продукции должны быть определены распорядительным документом за подписью:

3.45.1. По ООО «ПВК» - директора ООО «ПВК»;

3.45.2. На объектах, переданных подрядной (сторонней) организации на основании договора подряда (аренды) – руководителя подрядной (сторонней) организации.

3.46. В распорядительном документе (далее – распоряжение) также назначаются лица, ответственные за пожарную безопасность и санитарно-гигиеническое состояние мест курения.

Распорядительный документ согласовывается с начальником ОПБ, ОТ и ООС и актуализируется по мере необходимости, но не реже 1 раза в 5 лет.

3.47. Места на открытом воздухе для курения должны быть оснащены:

- знаком «Место курения»;
- урной;
- искусственным освещением (в темное время суток).

3.48. Изолированные помещения для курения или потребления никотиносодержащей продукции должны быть оборудованы:

– дверью или аналогичным устройством, препятствующим проникновению загрязненного воздуха в смежные помещения, с внешней стороны, на которой должен быть размещен знак «Место курения», а с внутренней стороны – информационные материалы о вреде потребления табака или никотиносодержащей продукции, вредном воздействии окружающего табачного дыма и веществ, выделяемых при потреблении никотиносодержащей продукции (рекомендуемый образец – приложение 1б);

- урной, заполненной на 1/3 водой;
- искусственным освещением;
- исправным огнетушителем, установленным на специальной подставке, либо закрепленным на подвесном кронштейне;
- системой вентиляции.

3.49. Хранение и прием пищи разрешается только в специально оборудованных комнатах¹¹.

3.50. Комнаты для приема пищи должны быть определены распорядительным документом за подписью директора ООО «ПВК».

3.51. В распорядительном документе (далее – распоряжение) также назначаются лица, ответственные за пожарную безопасность и санитарно-гигиеническое состояние комнаты для приема пищи, с определением периодичности поддержания порядка.

3.52. Распорядительный документ актуализируется по мере необходимости, но не реже 1 раза в 5 лет.

3.53. Поддержание порядка в комнате приема пищи (чистота бытовых приборов, настольных покрытий, раковин, в шкафах мебели) осуществляется персоналом объекта в порядке, указанном в распоряжении.

3.54. С внешней стороны комнаты приема пищи должен быть размещен знак «Комната приема пищи».

3.55. При отсутствии в административном здании комнаты приема пищи разрешается использование холодильников, чайников, микроволновок в кабинетах руководителей и специалистов.

3.56. Запрещается:

- эксплуатировать электропровода и кабели с видимыми нарушениями изоляции и со следами термического воздействия;

- пользоваться розетками и другими электроустановочными изделиями с повреждениями;

- электрическими плитками, электрическими чайниками и другими электронагревательными приборами, не имеющими устройств тепловой защиты, а также при отсутствии или неисправности терморегуляторов, предусмотренных их конструкцией;

- использовать нестандартные (самодельные) электрические электронагревательные приборы и удлинители для питания электроприборов;

- оставлять без присмотра включенными в электрическую сеть электронагревательные приборы, а также другие бытовые электроприборы, в том числе находящиеся в режиме ожидания, за исключением электроприборов, которые могут и (или) должны находиться в круглосуточном режиме работы в соответствии с технической документацией изготовителя.

Требования пожарной безопасности¹²

3.57. Руководитель подразделения обеспечивает выполнение на объекте работниками ООО «ПВК» и лицами, находящимися на территории подразделения требований «Правил противопожарного режима в Российской Федерации», других нормативно-правовых актов в области обеспечения пожарной

¹¹ Комната приема пищи должна быть оборудована обеденным столом, стульями, шкафами для посуды, умывальником, электрочайником, микроволновой печью, холодильником, обеспечена подача и наличие холодной (питьевой) и горячей воды.

¹² В соответствии с требованиями действующих Правил противопожарного режима

безопасности.

3.58. Руководитель подразделения обеспечивает категорирование по взрывопожарной и пожарной опасности, а также определение класса зоны в соответствии с главами 5, 7 и 8 Федерального закона «Технический регламент о требованиях пожарной безопасности» помещений (пожарных отсеков) производственного и складского назначения и наружных установок с обозначением их категорий и классов зон на входных дверях помещений с наружной стороны и на наружных установках¹³ в зоне их обслуживания на видном месте.

3.59. В зданиях и сооружениях должны быть разработаны и вывешены на видных местах планы эвакуации людей при пожаре, а также графические символы, знаки безопасности, системы обозначения маршрутов эвакуации в соответствии с требованиями Правил противопожарного режима в Российской Федерации и ГОСТ 34428-2018 «Системы эвакуационные фотолюминесцентные. Общие технические условия».

3.60. Устройства для самозакрывания дверей должны находиться в исправном состоянии. Не допускается устанавливать какие-либо приспособления, препятствующие нормальной работе устройств (механизмов) для самозакрывания дверей.

3.61. Возле средств пожаротушения, наружных пожарных лестниц, на путях эвакуации должны быть вывешены соответствующие знаки пожарной безопасности и эвакуационные знаки в фотолюминесцентном исполнении. Знаки должны постоянно содержаться в исправном состоянии, очищаться от грязи и пыли и при необходимости заменяться на новые.

3.62. Средства пожаротушения должны использоваться по назначению. Не допускается загромождать или уменьшать доступ к ним.

3.63. Подъезды к пожарным гидрантам и другим источникам водоснабжения должны быть всегда свободными для беспрепятственного проезда пожарных машин. Направление движения к источникам противопожарного водоснабжения обозначается указателями¹⁴ со светоотражающей поверхностью либо световыми указателями, подключенными к сети электроснабжения и включенными в ночное время или постоянно, с четко нанесенными цифрами расстояния до их месторасположения¹⁵.

Требования к оборудованию

3.64. Безопасная эксплуатация оборудования должна проводиться в соответствии с требованиями действующих Инструкций по эксплуатации, стандарта «Контроль технологического процесса».

3.65. Безопасная эксплуатация ПЭВМ, принтеров, копировально-множительных аппаратов должна проводиться в соответствии с приложениями 12.

3.66. Технологическое оборудование, системы машин, агрегаты,

¹³ В соответствии с требованиями действующих Правил противопожарного режима

¹⁴ Устанавливается с четырех сторон (на металлоконструкциях, отдельно стоящих указателях).

¹⁵ Требования к оформлению указателей пожарных водопунктов указаны в СТО «Производственный экологический контроль и мониторинг».

механизмы, а также ограждения к ним и площадкам обслуживания, должны эксплуатироваться в исправном состоянии, окрашиваться в сигнальные цвета. При выцветании краски, своевременно обновлять окрашивание ограждения.

3.67. Все движущиеся части оборудования должны быть ограждены защитными устройствами. Исправность защитных оградительных устройств должна проверяться работниками перед началом работы каждой смены.

3.68. При обслуживании оборудования, машин, механизмов и осуществлении контроля за их работой не допускается:

- эксплуатация неисправного оборудования;
- чистка оборудования, машин и механизмов горючими и легковоспламеняющимися жидкостями;
- применение для открытия и закрытия запорной арматуры каких-либо рычагов (ломов, труб и т.п.);
- работа оборудования, трубопроводов и арматуры с наличием продуктов производства через неплотности в соединениях и уплотнениях или в результате износа металла;
- отключение систем сигнализации и блокировок;
- работа машин и механизмов с неисправными, со снятыми или незакрепленными ограждениями на движущихся и вращающихся частях машин и механизмов;
- входить за ограждения;
- дотрагиваться до вращающихся частей оборудования руками или какими-либо предметами, производить их торможение.

3.69. Во время работы оборудования, расположенного в производственном помещении, приточная и вытяжная вентиляции должны работать постоянно.

3.70. Систему приточно-вытяжной вентиляции необходимо содержать в исправном состоянии.

3.71. Каждая вентиляционная установка должна иметь свой порядковый номер и условное сокращенное обозначение, которые наносятся несмываемой краской на кожух вентилятора, на электродвигатель, воздухопровод, пусковое устройство.

3.72. Регулирующие приспособления (шиберы, дроссель-клапаны, заслонки) должны легко закрываться и открываться. К ним должен быть обеспечен свободный доступ. Снаружи воздухопроводов должны быть приспособления для фиксации отрегулированных положений дросселирующих устройств и указатели положений их запорных органов.

3.73. Вентиляционное оборудование (воздуховоды, короба, решетки) должны своевременно очищать от пыли и грязи.

3.74. Элементы приточно-вытяжной вентиляции, соединенные через мягкие вставки, должны быть заземлены.

3.75. В случае пожара вентиляционная установка должна быть остановлена.

3.76. При загазованности производственного помещения аварийная вентиляция включается автоматически. При несрабатывании автоматики

включения аварийной вентиляции необходимо включить аварийную вентиляцию принудительно.

3.77. Запрещается хранение в помещении приточно-вытяжной вентиляции посторонних предметов и материалов, использовать их под склады.

3.78. Приборы освещения на территории производственных площадок ООО «ПВК» должны находиться в исправном состоянии.

4. Основные правила безопасности при выполнении работ

4.1. Каждый работник ООО «ПВК» обязан выполнять только ту работу, которая ему поручена.

4.2. Каждый работник должен сам соблюдать безопасные методы и приёмы выполнения работ и смотреть за правильностью приемов в работе рядом работающего товарища. Если он действует неправильно, то необходимо немедленно предупредить его об этом и поставить в известность своего непосредственного руководителя.

4.3. При обнаружении какой-либо опасности для себя или другого работающего необходимо прекратить работы и немедленно доложить об этом своему непосредственному руководителю.

4.4. Проведение газоопасных, огневых, работ на высоте, земляных работ, ремонтных и т.д. проводится в порядке, указанном в унифицированных инструкциях по видам работ¹⁶.

4.5. Раскрытие подземных траншей, каналов и котлованов должно сопровождаться устройством прочных переходов или переездов с ограждением. Эти места должны ограждаться с указанием обхода или объезда и в ночное время освещаться. **Колодцы со вскрытыми или не установленными перекрытиями должны быть обозначены и огорожены.**

Земляные работы на территории ООО «ПВК» осуществляются в соответствии с требованиями действующей Инструкции о порядке оформления разрешений и производства земляных работ-раскопок на территории ООО «ПВК».

4.6. При выполнении работ по открытию и закрытию крышек люков, каналов, колодцев, отстойников, резервуаров применять специальные крючки длиной не менее 500 мм, изготовленные из стальной проволоки диаметром не менее 10 мм. Запрещается производить эти работы непосредственно руками, гаечными ключами или любыми другими предметами.

4.7. Осмотр трасс сетей с поверхности земли путем открывания люков колодцев выполняется бригадой, состоящей из двух работников. Бригада должна быть оснащена крючком для открывания люков, переносными знаками ограждения и другими необходимыми инструментами. Члены бригады должны быть одеты в жилеты оранжевого цвета со светоотражающей полосой. Во время осмотра запрещается выполнять какие-либо ремонтные и восстановительные работы, пользоваться открытым огнем у открытых колодцев и камер.

¹⁶ Согласно перечню работ, расположенному на корпоративном портале.

4.8. Работники ООО «ПВК» и подрядных организаций должны выполнять требования к инструменту и приспособлениям, изложенные в действующей Инструкцией по охране труда при работе с инструментом и приспособлениями.

5. Производственная санитария и личная гигиена

5.1. Нефть, продукты её переработки и другие вещества, применяемые в Обществе, могут вызвать у работающего нарушение состояния здоровья, понизить работоспособность, привести к острым или хроническим отравлениям и профессиональным заболеваниям.

5.2. В ООО «ПВК» применяется метанол, который является смертельно опасным ядом для организма человека, прием метанола внутрь в количестве 5-10 граммов ведет к потере зрения, а 30 граммов и более вызывает смерть человека.

5.3. В целях охраны здоровья все работники ООО «ПВК» должны:

- соблюдать правила производственной санитарии и личную гигиену;
- проходить в установленные сроки периодические медицинские осмотры;
- не допускать загазованность и запыленность на рабочих местах;
- следить за бесперебойной работой приточно-вытяжной вентиляции, герметичностью аппаратуры, технологических трубопроводов, тары;
- случайно разлитые продукты и сырье немедленно убирать.

5.4. На установках, участках, лаборатории и т.д. должно быть определено место для нахождения аптечки для оказания первой помощи работникам (далее - аптечка) в общедоступном для персонала месте.

5.5. Места хранения аптечек должны быть определены распорядительным документом за подписью директора ООО «ПВК».

5.6. В распорядительном документе также указываются лица, ответственные за контроль наличия аптечек на местах хранения, их укомплектованность, срок годности.

Аптечка должна быть укомплектована в соответствии с действующим приказом МЗ и СР РФ.

Распорядительный документ актуализируется по мере необходимости, но не реже 1 раза в 5 лет.

5.7. При работе с веществами, вызывающими раздражение кожи рук, следует пользоваться защитными перчатками, дерматологическими СИЗ, смывающими средствами.

5.8. Специальную одежду необходимо содержать в чистоте и исправности, своевременно сдавать ее в стирку и ремонт.

5.9. Личная одежда и специальная одежда хранится отдельно в специальных шкафах, закрываемых на замок. Шкафчики гардеробной должны содержаться в чистоте и порядке. Хранить специальную одежду на рабочем месте и в комнате приема пищи запрещается.

5.10. Запрещается стирать и чистить загрязненную спецодежду в органических растворителях (бензине, керосине, бензоле и т.д.) и сушить облитую продуктами спецодежду на горячих трубопроводах, радиаторах

отопления или каких-либо участках оборудования.

5.11. Не допускается развешивание на дверцах бытовых шкафов предметов личной гигиены (полотенца, мочалки и т.п.), спецодежды и личной одежды.

5.12. В случае попадания нефтепродукта и других воспламеняющихся жидкостей на специальную одежду необходимо сменить ее, приняв меры предосторожности по недопущению ее воспламенения, и принять душ.

5.13. Снятую загрязненную специальную одежду необходимо немедленно сдать в химчистку (стирку).

5.14. Все санитарно-бытовые помещения должны ежедневно убираться и регулярно проветриваться. Использование данных помещений не по назначению запрещается.

5.15. Гардеробные, душевые и другие санитарно-бытовые помещения, и устройства должны периодически подвергаться дезинфекции. Плитка душевых помещений должна периодически очищаться.

5.16. В душевых комнатах не допускается применение деревянных настилов.

5.17. Все санитарно-техническое оборудование, приспособления должны находиться в исправном состоянии, чистоте и надлежащем виде.

5.18. Канализационные отверстия для слива воды должны быть оснащены решетками.

5.19. Перед приемом пищи необходимо тщательно вымыть руки с мылом. Хранение и приём пищи должен производиться в выделенном и оборудованном для этой цели помещении. Приём пищи осуществлять по установленному графику. Хранить и принимать пищу на рабочих местах не допускается.

5.20. Помещения подразделений должны быть снабжены хозяйственно-бытовыми водопроводами, имеющими разрешения центра государственного санитарно-эпидемиологического надзора на использование воды в качестве питьевой. Пить воду из других водопроводов запрещается.

5.21. В производствах, где используются кислоты, щелочи и другие агрессивные химические вещества, должны быть оборудованы аварийные души, фонтанчики для немедленного их смывания при попадании на кожные покровы и слизистые оболочки глаз.

Аварийные души должны быть исправны и готовы к незамедлительному приведению в рабочее состояние.

6. Обязанности и действия при аварии, пожаре, несчастном случае

6.1. О любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, происшедшем на производстве или об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления), а также о любой аварийной ситуации пострадавший или очевидец обязан немедленно извещать своего непосредственного или вышестоящего руководителя, обеспечить оказание первой помощи пострадавшему в соответствии с приложением 11 и вызов скорой медицинской помощи.

Необходимо помнить, что несвоевременное сообщение об этом может усугубить обстановку и привести к тяжелым последствиям.

6.2. На месте происшествия необходимо обеспечить сохранение до начала расследования обстоятельств и причин несчастного случая, обстановки на рабочем месте и оборудования таким, какими они были на момент происшествия, если это не угрожает жизни и здоровью работников, и не приведет к аварии.

6.3. При возникновении чрезвычайной ситуации (при внезапном появлении запаха газа, загазованности, движении газового облака и т.п.) решение о применении СИЗОД работники принимают самостоятельно, не дожидаясь указаний.

6.4. Все работники ООО «ПВК» должны знать номера телефонов экстренной связи специальных служб и другие средства связи, уметь ими пользоваться и немедленно осуществлять вызов:

- ПСЧ УЭПБ и ОТ – при возникновении загорания или возможности его возникновения по телефонам: 001 (вызов осуществляется только со стационарного телефона) 21-45, 24-11, 22-23, 24-01; 26-65, 28-62; 66-61, 69- 66;

- ВГСЧ УЭПБ и ОТ – по телефонам: 004 (вызов осуществляется только со стационарного телефона), 27-04, 45-15;

- скорой помощи – по телефонам: 003 (вызов осуществляется только со стационарного телефона), 25-63, 28-90.

С сотового телефона набор номера осуществляется в формате 8-3476-39-XX-XX.

6.5. Вызванную спецслужбу необходимо встретить – это позволит сократить время ее прибытия к месту происшествия.

6.6. При возникновении аварий работники технологических подразделений обязаны выполнять обязанности, изложенные в ПМЛА, ПЛРН.

6.7. При пожаре и угрозе возникновения пожара в подразделениях необходимо:

- вызвать по ручному пожарному извещателю работников ПСЧ УЭПБ и ОТ и продублировать сообщение по телефону;

- сообщить о случившемся непосредственному руководителю;

- сообщить диспетчеру ПДО ООО «ПВК»;

- прекратить ремонтные и другие работы и вывести людей, не участвующих в локализации и ликвидации пожара, в безопасное место;

- отключить аварийный участок от работающей системы или остановить оборудование (компрессоры, насосы и др.);

- при загорании в закрытом помещении необходимо выключить вентиляцию, закрыть окна и двери;

- принять меры по эвакуации людей, а при условии отсутствия угрозы жизни и здоровью людей меры по тушению пожара в начальной стадии;

- при возможности задействовать имеющиеся на объекте первичные средства пожаротушения (вода, огнетушитель, песок, кошма), автоматические и стационарные средства пожаротушения.

6.8. При загазованности помещений, наружных установок в

подразделениях необходимо:

- сообщить о случившемся руководителю;
- сообщить диспетчеру ПДО ООО «ПВК»;
- прекратить ремонтные и другие работы и вывести людей, не участвующих в локализации и ликвидации аварийной ситуации, в безопасное место;
- отключить аварийный участок для прекращения поступления продукта в атмосферу;
- в помещении открыть окна, убедиться во включении аварийной вытяжной вентиляции.

6.9. Немедленный вызов работников ВГСЧ УЭПБ и ОТ ООО «Газпром нефтехим Салават» обязателен при любом виде аварии, независимо от ее размеров, для оказания помощи людям и ведения работ по локализации и ликвидации аварии в загазованной зоне.

6.10. Действия очевидцев при взрыве, пожаре на территории ООО «ПВК»:

- немедленно удалиться с места происшествия по направлению, перпендикулярному направлению ветра;
- сообщить о происшедшем в ПСЧ, ВГСЧ УЭПБ и ОТ ООО «Газпром нефтехим Салават, диспетчеру ПДО ООО «ПВК»;
- лицам, находящимся в зданиях, услышав крики «Пожар!», «Взрыв!», необходимо сохранять спокойствие и выдержку, призвать к этому рядом находящихся людей, оценить обстановку и немедленно покинуть здание, удалившись от него на безопасное расстояние.

6.11. При обнаружении искрения на кабельном сооружении или повреждении опоры, обрыве воздушной линии электропередач, иных несоответствий нормальному состоянию воздушной линии электропередач и прилегающей к ней территории, необходимо:

- сообщить об этом своему непосредственному руководителю или старшему по смене;
- сообщить диспетчеру ПДО ООО «ПВК».

7. Правила пользования первичными средствами пожаротушения

7.1. Первичные средства пожаротушения - переносные или передвижные средства пожаротушения, предназначенные для использования работниками ООО «ПВК», личным составом подразделений пожарной охраны и иными лицами, в целях борьбы с пожарами на начальной стадии его развития подразделяются на следующие типы:

- переносные и передвижные огнетушители;
- пожарные краны и средства обеспечения их использования;
- пожарный инвентарь;
- покрывала для изоляции очага возгорания.

Тушение загораний необходимо производить средствами пожаротушения, имеющимися в подразделении.

7.2. На территории ООО «ПВК» и в его подразделениях для тушения пожара применяются порошковые и углекислотные огнетушители.

При использовании огнетушителей нужно помнить, что действуют они кратковременно (8 – 15сек.), поэтому приводить их в работу нужно вблизи места возгорания и действовать при этом быстро без каких – либо промедлений.

7.3. Порошковые огнетушители - предназначены для тушения небольших очагов возгорания твердых, жидких и газообразных веществ (в зависимости от марки используемого огнетушащего порошка), нефтепродуктов, ценных материалов, возгораний на автомобильном транспорте, а также для тушения небольших электроустановок, находящихся под напряжением до 1000В.

Недостатком порошковых огнетушителей является то, что в замкнутом пространстве помещений проход через зону выброса мелкодисперсного порошка становится невозможным: порошок забивает глаза, дыхательные пути. Поэтому применять порошковые огнетушители следует из места расположения между очагом пожара и эвакуационным выходом.

По принципу вытеснения огнетушащего вещества огнетушители подразделяются на:

- закачные;
- с баллоном сжатого или сжиженного газа;
- с газогенерирующим элементом;
- с термическим элементом;
- с эжектором.

7.4. Для приведения в действие порошковых ручных огнетушителей (закачных, имеющих индикаторы давления) необходимо поднести его к очагу пожара, сорвать пломбу, выдернуть чеку, нажать на рычаг и направить струю порошка в огонь.

Для приведения в действие порошковых ручных огнетушителей (с баллонами вытесняющего газа) необходимо поднести огнетушитель к очагу пожара, сорвать пломбу, выдернуть чеку, поднять рукоятку от корпуса огнетушителя, подождать 2-3 секунды, снять пистолет-распылитель, направить сопло на очаг пожара и нажать на ручку пистолета-распылителя.

7.5. Передвижные огнетушители ОП-50 и ОП-100 имеют транспортную тележку, рабочий и пусковой баллоны, а также шланг подачи порошка в зону пожара.

Для приведения огнетушителя в действие необходимо выполнить следующее:

- подкатить огнетушитель без резкого опрокидывания на расстояние 5-10 м к очагу пожара и установить строго в вертикальном положении;
- снять и проложить без перегибов и скручиваний шланг подачи порошка;
- сорвать пломбу и повернуть рычаг запорной головки до отказа;
- открыв выпускной клапан, направить струю порошка в зону пожара зигзагообразными движениями для достижения большего охвата пламени порошковым облаком.

Допускается многократное открытие и закрытие выпускного клапана при

тушении пожара.

После окончания тушения давление в огнетушителе должно быть снижено за счет открытия выпускного клапана.

7.6. Запрещается разбирать огнетушитель, находящийся под давлением, для снижения давления.

7.7. Углекислотные огнетушители предназначены для тушения загораний различных веществ и материалов, а также электроустановок, кабелей и проводов, находящихся под напряжением до 1000В.

Преимуществом углекислотных огнетушителей является то, что углекислота не причиняет порчи объекту тушения, обладает хорошими диэлектрическими свойствами. Однако применение двуокиси углерода имеет и недостатки: охлаждение металлических деталей и раструба огнетушителя достигает минус 60°C, в замкнутом пространстве помещений происходит заметное снижение содержания кислорода и увеличение доли углекислого газа, что может вызвать удушье и потерю сознания.

7.8. Заряд углекислотных огнетушителей находится под высоким давлением, поэтому корпуса (баллоны) снабжаются предохранительными мембранами, а заполнение диоксидом углерода допускается до 75%.

Запрещается эксплуатация углекислотных огнетушителей без предохранительных мембран, а также установка транспортных баллонов на передвижные тележки вместо штатных.

7.9. Для приведения в действие ручных огнетушителей ОУ-2, ОУ-5 и ОУ-8 необходимо:

- используя транспортную рукоятку, снять и поднести огнетушитель к месту горения;
- направить раструб на очаг горения и открыть запорно-пусковое устройство (вентиль или рычаг).

Запорно-пусковое устройство позволяет прерывать подачу углекислоты.

7.10. При работе углекислотных огнетушителей всех типов запрещается держать раструб незащищенной рукой, так как при выходе углекислоты образуется снегообразная масса с температурой минус 80°C.

7.11. У передвижных огнетушителей ОУ-25 и ОУ-80 на раструбе имеется специальная изолированная ручка, которой следует пользоваться при тушении пожара.

7.12. При использовании огнетушителей ОУ необходимо иметь в виду, что углекислота в больших концентрациях к объему помещения может вызвать отравления персонала, поэтому после применения углекислотных огнетушителей небольшие помещения следует проветрить.

7.13. Для приведения в действие передвижных огнетушителей ОУ-25 и ОУ-80 необходимо:

- подкатить тележку к месту пожара и установить их в рабочее положение (вертикально для ОУ-25 и наклонно для ОУ-80);
- размотать шланг и открыть запорно-пусковое устройство;
- держа раструб за специальную изолированную ручку, направить снежную массу на очаг пожара.

7.14. Не допускается располагать огнетушители ОУ вблизи отопительных приборов, где температура может быть более 50°С, следует избегать прямого попадания солнечных лучей на баллоны.

7.15. Огнетушители располагаются на защищаемом объекте таким образом, чтобы они были защищены от воздействия прямых солнечных лучей, тепловых потоков, механических воздействий и других неблагоприятных факторов (вибрация, агрессивная среда, повышенная влажность и т. д.). Они должны быть хорошо видны и легкодоступны в случае пожара.

Огнетушители, имеющие полную массу менее 15 кг, должны быть установлены таким образом, чтобы их верх располагался на высоте не более 1,5 м от пола; переносные огнетушители, имеющие полную массу 15 кг и более, а также передвижные огнетушители, следует устанавливать на полу с обязательной фиксацией от возможного падения при случайном воздействии.

7.16. Все огнетушители, введенные в эксплуатацию, должны подвергаться техническому обслуживанию, которое обеспечивает поддержание огнетушителей в постоянной готовности к использованию.

Техническое обслуживание включает в себя периодические проверки, осмотры, ремонт, испытания и перезарядку огнетушителей. Огнетушители следуют проверять не реже одного раза в квартал. Проверка огнетушителей должна производиться лицом, ответственным за противопожарное состояние объекта, специализированной организацией (при наличии договора). В ходе проверки производится осмотр места установки огнетушителей и подходов к ним, а также внешний осмотр огнетушителя.

7.17. Внутренние пожарные краны – устанавливаются на внутреннем водопроводе в зданиях и предназначены для тушения водой небольших пожаров в начальной стадии.

7.18. Внутренний пожарный кран вводится в работу двумя работниками. Один прокладывает рукав и держит наготове пожарный ствол для подачи воды в очаг горения, а второй проверяет подсоединение пожарного рукава к соединительной головке внутреннего крана и открывает вентиль для поступления воды в пожарный рукав.

7.19. Пожарные краны должны находиться в исправном состоянии.

7.20. Пожарные краны внутреннего противопожарного водопровода во всех помещениях должны быть укомплектованы клапанами пожарного крана, рукавами и стволами, заключенными в шкафы, которые пломбируются. Пожарные рукава должны быть сухими, хорошо скатанными, и присоединены к кранам и стволам. Необходимо не реже одного раза в год производить перемотку рукавов на новую скатку. Перемотка рукавов производится лицом, ответственным за противопожарное состояние объекта, специализированной организацией (при наличии договора).

На дверце шкафа пожарного крана должны быть указаны:

- Условное обозначение пожарного крана с использованием знака пожарной безопасности по ГОСТ 12.4.026-2015;
- буквенный индекс «ПК»,
- порядковый номер крана,

– номер телефона курирующей пожарной части.

7.21. Покрывало для изоляции очага возгорания (противопожарное полотно, асбестовое полотно, грубошерстные ткани или войлок (кошма)) используются для тушения небольших очагов горения любых веществ. Метод тушения ими заключается в накрытии покрывалом очага горения с целью прекращения к нему доступа воздуха.

Покрывало для изоляции очага возгорания рекомендуется хранить в металлических футлярах с крышками, периодически (не реже 1 раза в 3 месяца) просушивать и очищать от пыли. Следует контролировать состояние покрывала для изоляции очага возгорания на предмет отсутствия механических повреждений и его целостности, при необходимости заменяться новым.

7.22. Песок применяется для механического сбивания пламени и изоляции, горящего или тлеющего материала от окружающего воздуха. Песок должен быть просеян, тщательно просушен во избежание комкования.

Особенность применения песка для тушения разлитых горючих жидкостей (керосин, бензин, масло, смолы, клеи, краски и др.) заключается в том, что насыпать песок следует не в очаг горения (иначе произойдет разбрызгивание и растекание горячей жидкости), а главным образом по внешней кромке горячей зоны, стараясь окружать песком место горения. Затем при помощи лопаты нужно покрыть горящую поверхность слоем песка, который впитает жидкость и сбивает огонь.

7.23. Для размещения первичных средств пожаротушения, немеханизированного пожарного инструмента и инвентаря в производственных и складских помещениях, не оборудованных внутренним противопожарным водопроводом и автоматическими установками пожаротушения, оборудуются пожарные щиты и стенды.

Нормы оснащения помещений и наружных технологических установок пожарными щитами, зависят от их функционального назначения помещений и категории по взрывопожарной и пожарной опасности.

Щиты комплектуются первичными средствами пожаротушения, в зависимости от его типа и класса пожара в защищаемых помещениях или наружных установок:

- огнетушителем;
- ломом;
- багром;
- ведром;
- лопатой штыковой;
- лопатой совковой;
- покрывалом для изоляции очага возгорания (асбестовым полотном, кошма из негорючего материала);
- ящиком с песком и др.

7.24. Пожарные стенды – совокупность установленных первичных средств пожаротушения (переносных и передвижных огнетушителей, полотен для изоляции очага возгорания, ящика для песка, механизированного

противопожарного инвентаря и т.д.), что по комплектации отличается от пожарных щитов.

Пожарные стенды устанавливаются как внутри помещений, так и на наружных установках, по усмотрению ответственного за пожарную безопасность здания.

7.25. Использование первичных средств пожаротушения, немеханизированного пожарного инструмента и инвентаря для хозяйственных и прочих нужд, не связанных с тушением пожара, запрещается.

8. Ответственность

Все работники ООО «ПВК» и лица, находящиеся на территории ООО «ПВК», несут ответственность за неисполнение или ненадлежащее исполнение требований, предусмотренных настоящей инструкцией.

Приложение 1. Термины, определения, сокращения

Акт – официальный документ, имеющий юридическую силу и фиксирующий определенный факт хозяйственной жизни.

Авария - разрушение сооружений и (или) технических устройств, применяемых на опасном производственном объекте, неконтролируемые взрыв и (или) выброс опасных веществ.

Аварийная ситуация - состояние потенциально опасного объекта, характеризующееся нарушением пределов и (или) условий безопасной эксплуатации, не перешедшее в аварию, при котором все неблагоприятные влияния источников опасности на персонал и окружающую среду удерживаются в приемлемых пределах посредством соответствующих технических средств, предусмотренных проектом.

Аутоиммобилизация - это создание неподвижности (покоя) поврежденной части тела, используя здоровые части тела пострадавшего.

Безопасные условия труда - условия труда, при которых воздействие на работающих вредных и (или) опасных производственных факторов исключено либо уровни воздействия таких факторов не превышают установленных нормативов.

Вредные вещества - вещества, которые при контакте с организмом человека могут вызвать профессиональные заболевания или отклонения в состоянии здоровья, обнаруженные современными методами, как в процессе воздействия вещества, так и в отдаленные сроки жизни настоящего и последующих поколений.

Вредный производственный фактор - фактор производственной среды или трудового процесса, воздействие которого может привести к профессиональному заболеванию работника.

Государственная экспертиза условий труда - оценка соответствия объекта экспертизы государственным нормативным требованиям охраны труда.

Иммобилизация – это создание условий для неподвижности (покоя) поврежденной части тела с помощью подручных средств.

Контроль - мероприятия, включающие проведение измерений, испытаний, проверки одной или нескольких характеристик изделия или услуги и их сравнение с установленными требованиями, с целью определения соответствия.

Контрольно - пропускной пункт - специально установленное и оборудованное место для осуществления в установленном порядке пропуска людей, транспорта, вноса (выноса), ввоза (вывоза), материальных ценностей и документов.

Кровотечение – выход крови за пределы сосудистого русла в окружающую среду (наружное кровотечение), в полость тела или в просвет полого органа (внутренне кровотечение), что приводит к острой кровопотере – безвозвратной утрате части крови.

Меры пожарной безопасности - действия по обеспечению пожарной безопасности, в том числе по выполнению требований пожарной безопасности.

Никотиносодержащая продукция – изделия, которые содержат никотин (в том числе полученный путем синтеза) или его производные, включая соли никотина,

предназначены для потребления никотина и его доставки посредством сосания, жевания, нюханья или вдыхания, в том числе изделия с нагреваемым табаком, растворы, жидкости или гели с содержанием жидкого никотина в объеме не менее 0,1 мг/мл, никотинсодержащая жидкость, безникотиновая жидкость, порошки, смеси для сосания, жевания, нюханья, и не предназначены для употребления в пищу (за исключением медицинских изделий и лекарственных средств, зарегистрированных в соответствии с законодательством Российской Федерации, пищевой продукции, содержащей никотин в натуральном виде, и табачных изделий)¹⁷

Огнетушитель - переносное или передвижное устройство для тушения очагов пожара за счет выпуска запасенного огнетушащего вещества.

Ожог - это травма, возникающая в результате высокотемпературного, химического, электрического или радиационного воздействия, которое повреждает кожу и подлежащие ткани.

Оклюзионная повязка - это медицинское изделие, использование которой предотвращает попадание воздуха, влаги и микроорганизмов в рану из внешней среды.

Опасность - потенциальный источник нанесения вреда, представляющий угрозу жизни и (или) здоровью работника в процессе трудовой деятельности.

Опасный производственный фактор - фактор производственной среды или трудового процесса, воздействие которого может привести к травме или смерти работника.

Острая кровопотеря – это быстрая безвозвратная потеря крови организмом, в течении короткого времени. Возникает вследствие кровотечения из поврежденных сосудов.

Острое отравление – это химическая болезнь (травма), развивающаяся в результате одномоментного поступления в организм чужеродного химического вещества (ксенобиотика) в токсической дозе.

Отморожение – местное повреждение тканей, вызванное воздействием низкой температуры.

Отравление – это острый патологический процесс, возникающий в результате воздействия на организм поступающих из окружающей среды ядовитых веществ различного происхождения.

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.

Первая помощь - комплекс мероприятий, направленных на сохранение и поддержание жизни и здоровья пострадавших и проводимых при несчастных случаях, травмах, ранениях, поражениях, отравлениях, других состояниях и заболеваниях, угрожающих жизни и здоровью пострадавших, до оказания медицинской помощи.

Переохлаждение (гипотермия) – расстройство функций организма в результате

¹⁷ К потреблению никотиносодержащей продукции относится курение вейпов.

понижения температуры тела под действием холода.

Подразделение – цеха, служба, центр, отдел, участок, лаборатория и т.п.

Пожар - неконтролируемое горение, причиняющее материальный ущерб, вред жизни и здоровью граждан, интересам общества и государства.

Производственная площадка¹⁸ – постоянное место производственной деятельности, где организация выполняет работы/оказывает услуги.

Производственная безопасность – состояние защищенности основных фондов, работников, а также третьих лиц (включая их имущество) и окружающей среды от воздействия негативных факторов, происшествий, вредных и опасных производственных факторов.

Примечание – Составляющими производственной безопасности является охрана труда, промышленная и пожарная безопасность, безопасность дорожного движения.

Производственная деятельность - совокупность действий работников с применением средств труда, необходимых для превращения ресурсов в готовую продукцию, включающих в себя производство и переработку различных видов сырья, строительство, оказание различных видов услуг.

Профессиональный риск - вероятность причинения вреда жизни и (или) здоровью работника в результате воздействия на него вредного и (или) опасного производственного фактора при исполнении им своей трудовой функции с учетом возможной тяжести повреждения здоровья.

Психологическая поддержка – это система приемов, которая позволяет людям, не обладающим психологическим образованием, помочь окружающим (и себе), оказавшись в экстремальной ситуации, справиться с психологическими реакциями, которые возникают в связи с этим кризисом или катастрофой.

Рабочее место - место, где работник должен находиться или куда ему необходимо прибыть в связи с его работой и которое прямо или косвенно находится под контролем работодателя. Общие требования к организации безопасного рабочего места устанавливаются федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере труда, с учетом мнения Российской трехсторонней комиссии по регулированию социально-трудовых отношений.

Сердечно-легочная реанимация — это система (комплекс) неотложных мероприятий, которые выполняются с целью выведения человека из терминального состояния и последующего поддержания его жизни.

Средство индивидуальной защиты - средство, используемое для предотвращения или уменьшения воздействия на работника вредных и (или) опасных производственных факторов, особых температурных условий, а также для защиты от загрязнения.

Средства коллективной защиты - технические средства защиты работников, конструктивно и (или) функционально связанные с производственным

¹⁸ В соответствии с ГОСТ Р 56056-2014 «Порядок определения представительной выборки при сертификации систем менеджмента организаций с несколькими производственными площадками».

оборудованием, производственным процессом, производственным зданием (помещением), производственной площадкой, производственной зоной, рабочим местом (рабочими местами) и используемые для предотвращения или уменьшения воздействия на работников вредных и (или) опасных производственных факторов.

Территория ООО «ПВК» - промышленные площадки ООО «ПВК», а также прилегающие к ним территории, на которых размещены здания, сооружения, эстакады и т.п., а также территории, предназначенные для строительства новых объектов.

Травматический шок – это патологическое состояние, угрожающее жизни пострадавшего, возникающее при тяжелых травмах, таких как переломы костей таза, черепно-мозговая травма, травма живота с повреждением внутренних органов, операциях, большой потери крови.

Транспортное средство - совокупность транспортных средств, механизмов, сооружений и путей для обслуживания производственного процесса, связанная с перевозкой людей и грузов. Разделяется на внешний, межцеховой и внутрицеховой.

Требования охраны труда - государственные нормативные требования охраны труда, а также требования охраны труда, установленные локальными нормативными актами работодателя, в том числе правилами (стандартами) организации и инструкциями по охране труда.

Тушение загораний - процесс прекращения горения в результате воздействия на реакцию горения физическими или химическими методами с применением огнегасительных средств.

Управление профессиональными рисками - комплекс взаимосвязанных мероприятий и процедур, являющихся элементами системы управления охраной труда и включающих в себя выявление опасностей, оценку профессиональных рисков и применение мер по снижению уровней профессиональных рисков или недопущению повышения их уровней, мониторинг и пересмотр выявленных профессиональных рисков.

Условия труда - совокупность факторов производственной среды и трудового процесса, оказывающих влияние на работоспособность и здоровье работника

Шаговое напряжение - напряжение между двумя точками цепи тока, находящихся одна от другой на расстоянии шага, на которых одновременно стоит человек.

Штендер - выносная складная конструкция в форме арки или прямоугольника с информацией на одной или двух поверхностях.

Сокращения

АХУ – административно-хозяйственное управление

ВГСЧ – военизированная газоспасательная часть

ГОСТ – государственный стандарт

КПП – контрольно-пропускной пункт

ОЛ - отдел логистики

ОНЗиС – отдел непромышленных зданий и сооружений

ОТ – охрана труда
ОП – огнетушитель порошковый
ОУ – огнетушитель углекислотный
ОПБ, ОТ и ООС – отдел промышленной безопасности, охраны труда и охраны окружающей среды
ООО – общество с ограниченной ответственностью
ПВК – «ПромВодоКанал»
ПК – пожарный кран
ПЛРН – план ликвидации разлива нефтепродукта
ПМЛА - план мероприятий по локализации и ликвидации последствий аварий
ППЖТ – Предприятие промышленного железнодорожного транспорта
ПДО – производственно-договорной отдел
ПСЧ – пожарно-спасательная часть
ПЭВМ – персональная электронно-вычислительная машина
САТиМ – служба автомобильного транспорта и механизмов
СЛР - Сердечно-легочная реанимация
СИЗ – средства индивидуальной защиты
СИЗОД – средства индивидуальной защиты органов дыхания
СКЗ – служба корпоративной защиты

Приложение 2. Ключевые правила безопасности ООО «ПВК»

1. Общее положение

1.1. Ключевые правила безопасности разработаны на основании анализа основных причин несчастных случаев, происшедших в ООО «ПВК».

1.2. Ключевые правила безопасности разработаны в целях:

- реализации Политики и достижения целей ООО «ПВК» в области охраны труда и промышленной безопасности;
- определения единых минимальных требований к безопасному поведению работников;
- предупреждения происшествий с участием работников;
- информирования работников о недопустимости действий, которые могут привести к происшествиям.

2. Термины, определения и сокращения

Источник энергии - оборудование/устройство, использующее различные виды энергии (электрической, пневматической, термической, механической и т.п.)

Ключевые правила безопасности - единые требования к поведению работников ООО «ПВК» и лицам, находящимся на территории ООО «ПВК», в том числе работникам подрядных организаций, занятых на объектах ООО «ПВК», на основании договора или другом законном основании, несоблюдение которых может привести к происшествиям.

Руководитель работ - руководитель, ответственный за выполнение работ по наряду-допуску.



Происшествие – любое нежелательное событие, случившееся в ООО «ПромВодоКанал», которое привело или могло привести к ущербу здоровья работника на производстве, аварии или инциденту.


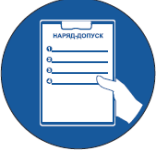

Подрядные организации - организации и предприятия, осуществляющие ремонтные (ремонтно-строительные, ремонтно-монтажные, экспертно-диагностические, строительные) работы на договорной основе.





Работы повышенной опасности - работы, до начала выполнения которых лицам, ответственным за безопасность при выполнении этих работ, необходимо осуществить ряд обязательных организационных и технических мероприятий, обеспечивающих безопасность.




Средства индивидуальной защиты (СИЗ) - технические средства, используемые для предотвращения или уменьшения воздействия на работников вредных или опасных производственных факторов, а также защиты от загрязнений.

Ключевые правила безопасности

№п п	Ключевые правила безопасности/ знаки	Основные требования
1	<p>Используйте средства индивидуальной защиты на производственных площадках при проведении работ</p> 	<p>Работники должны использовать средства индивидуальной защиты (спецодежда, спецобувь, защитная каска, защитные очки, перчатки и т.п.) в соответствии с установленными для вида работ и(или) производственного объекта требованиями.</p> <p>Если Вы руководитель работ или лицо, ответственное за выполнение работ, то Вы должны:</p> <ul style="list-style-type: none"> – до начала выполнения работ проверить у всех работников, участвующих в производственном процессе, наличие, комплектность и исправность СИЗ, необходимых для безопасного производства выполняемых работ; – контролировать правильное применение СИЗ работниками в процессе выполнения работ.
2	<p>Во время движения транспортного средства используйте ремни безопасности</p> 	<p>Водители транспортных средств обязаны:</p> <ul style="list-style-type: none"> – при движении на транспортном средстве, оборудованном ремнями безопасности, быть пристегнутым и не перевозить пассажиров, не пристегнутых ремнями (в т.ч. в автобусе и т.д.); – перед выездом проверять работоспособность и отсутствие видимых повреждений на ремнях безопасности; – не начинать движение не убедившись, что все находящиеся в транспортном средстве правильно пристегнуты ремнями безопасности. <p>Пассажиры транспортных средств обязаны:</p> <ul style="list-style-type: none"> – при движении на транспортном средстве, оборудованном ремнями безопасности, быть пристегнутыми (в т.ч. в автобусе, во втором ряду кресел легкового автомобиля и т.д.); – проинформировать водителя о пассажирах транспортного средства, неправильно использующих или не использующих ремни безопасности.

№п п	Ключевые правила безопасности/ знаки	Основные требования
3	Используйте средства защиты от падения в случае работы на высоте 	Для обеспечения безопасности при работе на высоте работники должны: <ul style="list-style-type: none"> – уметь пользоваться СИЗ, инструментом и техническими средствами, обеспечивающими безопасность; – лично производить осмотр выданных СИЗ перед каждым их использованием; – содержать в исправном состоянии СИЗ, инструмент и технические средства (при использовании лестниц убедиться в их исправности и надежности); – выполнять только ту работу, которая поручена.
4	Выполняйте работы с повышенной опасностью по действующему наряду-допуску или с записью в специальном журнале 	Для обеспечения безопасности при производстве работ, до начала выполнения которых необходимо осуществить ряд обязательных организационных и технических мероприятий, обеспечивающих безопасность, работники должны: <ul style="list-style-type: none"> – пройти инструктаж о мерах безопасности; – знать и понимать требования к выполняемой работе, указанные в наряде-допуске, меры безопасности при проведении работ и соблюдать их; – убедиться, что можно безопасно начинать работы; – выполнять только ту работу, которая поручена руководителем; – сообщать руководителю о любых изменениях согласованного порядка выполнения работ.
5	Используйте только исправный инструмент и оборудование 	Для обеспечения безопасности работники должны: <ul style="list-style-type: none"> – не пользоваться поврежденным (в том числе деформированным) инструментом/приспособлениями/оборудованием; – проверить комплектность, отсутствие механических повреждений инструмента, приспособлений, а также наличие требуемых защитных приспособлений, экранов и т.п.; – в случае выявления неисправностей инструмента/ приспособлений/оборудования приостановить производство работ и сообщить непосредственному руководителю о выявленных неисправностях.

№п п	Ключевые правила безопасности/ знаки	Основные требования
6	Проводите земляные работы по действующему наряду-допуску 	Для обеспечения безопасности при выполнении земляных и других работ, связанных с размещением рабочих мест в выемках и траншеях, работники должны: <ul style="list-style-type: none"> – убедиться вместе с руководителем работ или с ответственным за выполнение работ лицом, что можно безопасно начинать земляные работы; – выполнять требования оформленного наряда - допуска к работе; – безопасно прекратить работы и оповестить своего руководителя или ответственное за выполнение работ лицо в случае обнаружения угрозы происшествия/травмирования.
7	Изолируйте источники энергии 	Перед началом ремонтных, наладочных и других работ необходимо надежно изолировать все возможные источники энергии (кроме случаев ее использования для проведения работ) и убедиться, что исключена возможность случайной или незапланированной подачи (электричества, пара, воды, опасных веществ и др.).
8	Используйте газоанализатор, где это необходимо (замкнутые пространства, помещения, где может произойти утечка газа) 	При проведении газоопасных /огневых работ для обеспечения безопасности работники должны: <ul style="list-style-type: none"> – убедиться вместе с руководителем работ или с ответственным за выполнение работ лицом, что необходимые замеры состава воздуха рабочей зоны выполнены и что начинать работы безопасно; – прекратить работы при превышениях предельно допустимых концентраций. Если Вы руководитель работ или лицо, ответственное за выполнение работ, то Вы должны: <ul style="list-style-type: none"> – убедиться, что замер состава воздуха рабочей зоны проведен перед началом работ, проводится в процессе работы с периодичностью, указанной в наряде-допуске; – организовать проведение замера состава воздуха рабочей зоны по окончании работ.
9	Запрещено курение вне специально отведенных для этой цели мест 	Работники должны: <ul style="list-style-type: none"> – знать о запрете курения вне специально отведенных для этой цели мест; – знать расположение отведенных для курения мест; – вмешиваться, если кто-то курит за пределами специально отведенных мест для курения.

№п п	Ключевые правила безопасности/ знаки	Основные требования
10	Запрещено во время движения транспортного средства нарушать скоростной режим, пользоваться мобильным телефоном 	Во время движения транспортного средства водителю запрещено: <ul style="list-style-type: none"> – использовать мобильный телефон/рации, посылать и читать текстовые сообщения; – превышать максимальную разрешенную скорость движения, установленную правилами дорожного движения или указанную в маршрутном листе к данной поездке; – превышать максимальную разрешенную скорость движения, установленную для данного транспортного средства. Водитель должен вести транспортное средство со скоростью, не превышающей установленного ограничения, учитывая при этом интенсивность движения, особенности и состояние транспортного средства и груза, дорожные и метеорологические условия, в частности видимость в направлении движения. Скорость должна обеспечивать водителю возможность постоянного контроля за движением транспортного средства. Никакие указания и обстоятельства не могут быть основанием для нарушения данных правил.
11	Запрещено употребление алкоголя, наркотиков и иных запрещенных препаратов. 	Работникам запрещается: <ul style="list-style-type: none"> – изготавливать, употреблять, хранить, продавать и распространять алкоголь, наркотики и иные запрещенные препараты. Работники обязаны: <ul style="list-style-type: none"> – сообщать своему непосредственному руководителю о принимаемых лекарственных средствах, которые могут повлиять на их способность выполнять работы; – вмешиваться и сообщать своему непосредственному руководителю об известных им случаях употребления алкоголя или наркотиков на рабочих местах.
12	Не отвлекайтесь во время передвижения по скользким поверхностям и в местах с малозаметными препятствиями 	Для обеспечения безопасности работники должны: <ul style="list-style-type: none"> – смотреть «под ноги» во время передвижения; – не отвлекаться во время передвижения (не посылать, и не читать текстовые сообщения с мобильных устройств); – не переносить, и не перемещать грузы, препятствующие обзору поверхности путей следования; – держаться за перила, поручни при передвижении по лестницам, переходным мостикам, площадкам обслуживания (не держать руки в карманах одежды); – использовать обувь, соответствующую погодным условиям; – не оставлять оборудование, материалы и инструменты на путях следования.

Информационный лист (Ключевые правила безопасности)

Используйте средства индивидуальной защиты на производственных площадках и при проведении работ



Во время движения транспортного средства используйте ремни безопасности



Изолируйте источники энергии



Выполняйте работы с повышенной опасностью по действующему наряду-допуску или с записью в специальном журнале



Используйте средства защиты от падения в случае работы на высоте



Используйте только исправный инструмент и оборудование



Проводите земляные работы по действующему наряду-допуску



Используйте газоанализатор, где это необходимо (замкнутые пространства, помещения, где может произойти утечка газа)



Запрещено
Запрещено употребление алкоголя, наркотиков и иных запрещенных препаратов



Запрещено
Запрещено курение вне специально отведенных для этой цели мест



Запрещено
Запрещено во время движения транспортного средства нарушать скоростной режим, пользоваться мобильным телефоном



Не отвлекайтесь во время передвижения по скользким поверхностям и в местах с малозаметными препятствиями



Приложение 3. Предельная температура, ниже которой не могут производиться работы на открытом воздухе и меры профилактики перегревания

1. Предельная температура, ниже которой не могут производиться работы на открытом воздухе

- 1.1. На строительно-монтажных работах, связанных с работой на высоте:
- без ветра минус 38°C
 - при ветре от 5 до 10 м/с минус 34°C
 - при ветре от 11 до 15 м/с минус 30°C
 - при ветре свыше 15 м/с работы прекращаются при любой минусовой температуре;
- 1.2. На топографо - геодезических работах (инструментальных):
- без ветра минус 36°C
 - при ветре от 5 до 10 м/с минус 31°C
 - при ветре от 10 до 11 м/с минус 29°C
 - при ветре свыше 12 м/с работы прекращаются при любой минусовой температуре;
- 1.3. На всех остальных работах:
- без ветра минус 42°C
 - при ветре от 5 до 10 м/с минус 38°C при ветре от 12 до 22 м/с минус 30°C
 - при ветре свыше 22 м/с работы прекращаются при любой минусовой температуре.
- 1.4. В случаях работы на открытом воздухе при температуре минус 25°C и ниже, при ветре в 5 м/с и более и температуре минус 20°C и ниже, или проведении работ в закрытом необогреваемом помещении при температуре минус 25°C и ниже, через каждый час работы обеспечить работникам обогревание не менее 10 минут на месте работы или в непосредственной близости от места работы путем устройства помещения или организации обогрева другим способом (время перерывов для обогрева считается рабочим временем).

2. Меры профилактики перегревания¹⁹

2.1. Для профилактики перегрева организма (гипертермии) необходимо организовать рациональный режим работы. При работах на открытом воздухе и температуре наружного воздуха 32,5 °C и выше продолжительность периодов непрерывной работы должна составлять 15 - 20 минут с последующей продолжительностью отдыха не менее 10 - 12 минут в охлаждаемых помещениях.

2.2. В помещении, в котором осуществляется нормализация теплового

¹⁹ Согласно информации Роспотребнадзора "О рекомендациях для работающих в условиях повышенных температур воздуха" в соответствии с публикацией на сайте <http://rosпотребнадзор.ru> по состоянию на 22.06.2021

состояния человека после работы в нагревающей среде, температуру воздуха, во избежание охлаждения организма вследствие большого перепада температур (поверхность тела - окружающий воздух) и усиленной теплоотдачи испарением пота, следует поддерживать на уровне 24 - 25 °С.

2.3. Работа при температуре наружного воздуха более 32,5 °С по показателям микроклимата относится к опасным (экстремальным). Не рекомендуется проведение работ на открытом воздухе при температуре свыше 32,5 °С. Следует изменить порядок рабочего дня, перенося такие работы на утреннее или вечернее время.

2.4. В целях профилактики обезвоживания организма рекомендуется правильно организовать и соблюдать питьевой режим. Питьевая вода должна быть в достаточном количестве и в доступной близости. Рекомендуемая температура питьевой воды, напитков, чая +10-15°С. Для оптимального водообеспечения рекомендуется также возмещать потерю солей и микроэлементов, выделяемых из организма с потом, предусмотрев выдачу подсоленной воды, минеральной щелочной воды, кисломолочных напитков (обезжиренное молоко, молочная сыворотка), соков, витаминизированных напитков, кислородно-белковых коктейлей.

2.5. Пить воду следует часто и понемногу, чтобы поддерживать хорошую гидратацию организма (оптимальное содержание воды в организме, которое обеспечивает его нормальную жизнедеятельность, обмен веществ). При температуре воздуха более 30°С и выполнении работы средней тяжести требуется выпивать не менее 0,5 л воды в час - примерно одну чашку каждые 20 минут.

2.6. Для поддержания иммунитета и снижения интоксикации организма рекомендуется, при возможности, употребление фруктов и овощей, введение витаминизации пищевых рационов.

2.7. Проветривайте помещение. Не открывайте окна в середине дня, когда самая высокая температура воздуха на улице. Так помещение будет нагреваться еще сильнее, чем с закрытыми окнами. Проветривайте помещение утром и вечером либо днем, если окна выходят на теневую сторону.

2.8. Проводите влажную уборку. В помещении, где нет пыли, легче дышать в жару.

2.9. Затемните окна (по возможности). Темные окна пропускают меньше дневного света, поэтому помещение меньше нагревается.

Приложение 4. Памятка о правилах поведения при контакте с безнадзорными и дикими животными на территории объектов ООО «ЛВК»

В местах выполнения работ Вы можете столкнуться с безнадзорными и дикими животными (собаки, лисы и другие дикие животные) (далее - животные), которые при определённых обстоятельствах могут представлять потенциальную угрозу для жизни и здоровья человека.

Если Вы столкнулись с животными, постарайтесь держаться от них на безопасном расстоянии. Ни в коем случае не прикасайтесь к ним, чтобы погладить, не осуществляйте кормление животных.

Агрессия со стороны животного возможна, если оно ранено, очень голодно, испугано, защищает потомство или заражено бешенством - смертельно опасной болезнью как для животного, так и для человека.

Основные правила поведения при встрече с животными:

- Не паникуйте и не делайте резких движений,
- Не убегайте - у животного, может включиться инстинкт преследования, оно побежит за вами.

Постарайтесь не двигаться.

- Не смотрите животному в глаза, смотрите в шею, на животное в целом, но не в глаза. Если при встрече с животным, оно Вас не заметило, постарайтесь, не выдавая своего местоположения, аккуратно отойти подальше.

- Если животное заметило Вас, но не проявляет признаков агрессии - замрите, а потом медленно отходите назад, не делая резких движений.

- Не поворачивайтесь к животному спиной пока не удалитесь хотя бы на 10 метров (безопасным расстоянием между животным и человеком считается расстояние в 70-80 метров).

- При явно агрессивном поведении используйте в качестве защиты шум: кричите, свистите.

При виде собаки не нужно усиливать агрессию животного, а именно, бежать от неё, размахивать руками и т.п., лучше всего не двигаться, не поднимать рук и предметов над головой. По возможности прижаться спиной к стене или дереву, стараясь не упасть.

Правила поведения при встрече с дикими животными, нахождение которых также возможно на территории объектов ООО «ЛВК»

Волк. Необходимо знать, что здоровый и бешеный волк - это абсолютно разные в поведении животные. Признаки, характерные для бешеного зверя: мутный взгляд, опущенная голова, свалявшаяся шерсть, поджатый хвост и обильное слюновыделение. Если вы днём встретили волка-одиночку, вероятнее всего он болен, поскольку здоровые звери крайне редко выходят к человеку, в основном, когда долго не могут найти себе пропитание. Здоровое животное не будет проявлять агрессии к человеку, в любом случае не пытайтесь убежать, сохраняйте самообладание. Если же волк бешеный, он вероятнее всего будет нападать, остановить его невозможно, нужно сразу искать укрытие.

Кабан. Обычно кабаны большой опасности не представляют, заметив человека, они сворачивают в сторону и скрываются в лесу. Опасность представляет дикий зверь с выводком. Детёныши кабана очень любопытны и могут подойти к людям, ни в коем случае не берите их на руки. Кабан обладает сильными резцами, и может бегать со скоростью до 30 км/час. Убежать от кабана невозможно, единственное спасение - залезть на дерево и находиться там, пока зверь не уйдёт.

Лось. Лось самый крупный обитатель наших лесов, в небольших количествах встречается практически повсеместно, как правило, чрезвычайно пуглив и миролюбив. Однако в период гона (первая половина осени) самцы могут быть агрессивны, также опасность представляет самка с маленьким детёнышем. При встрече с лосём может помочь следующая рекомендация: зрение у животного не очень хорошее, если вы укроетесь за стволом дерева, то он, скорее всего, потеряет вас из виду. Если при себе имеется какой-либо металлический предмет, то им можно стучать, незнакомые звуки пугают лося и он, скорее всего, решит удалиться.

Приложение 5. Правила безопасного движения пешеходов на территории и объектах ООО «ПВК» и ООО «Газпром нефтехим Салават»

1. При движении по территории ООО «ПВК» и ООО «Газпром нефтехим Салават» работники должны соблюдать личную осторожность.
2. По территории работникам разрешается ходить только по тротуарам и пешеходным дорожкам, а где их нет - по обочине или краю левой стороны проезжей части дороги, навстречу движущемуся транспорту.
3. В зимнее время и переходные времена года, особенно при гололеде, работникам при движении к рабочему месту, следует выбирать обувь с подошвой, которая противодействует скольжению (микропор, рифленая и др.).
В рабочее время необходимо использовать специальную обувь, выдаваемую согласно нормам выдачи СИЗ.
4. Работникам, которым спецобувь не выдается согласно нормам выдачи СИЗ, при передвижении внутри помещений необходимо применять обувь с устойчивым каблуком.
5. Переходить через трубопроводы можно только в тех местах, где имеются переходные мостики. Хожение по трубопроводам может привести к падению и несчастному случаю.
6. При переходе дорог, при обходе транспорта и других препятствий, находящихся на проезжей части дорог, необходимо убедиться в отсутствии приближающегося транспорта.
7. Пересекая проезжую часть дороги, не следует задерживаться или останавливаться на ней без надобности.
8. Стоящие транспортные средства следует обходить сзади. Входить и выходить из транспортного средства нужно после полной его остановки.
9. Переходить железнодорожные пути и автодороги необходимо в установленных местах, убедившись в отсутствии с обеих сторон приближающегося поезда или автотранспорта.
10. Если железнодорожные пути заняты не двигающимися вагонами, цистернами необходимо обойти состав не ближе 5 метров от крайнего вагона.
11. При ходьбе по обледеневшим дорожкам нельзя держать руки в карманах, необходимо проявлять личную осторожность, двигаясь короткими шагами, не спеша.
12. При подъеме и спуске по лестницам (в том числе внутри здания) следует сохранять равновесие, держаться руками за перила, поручни.
13. При нахождении на площадках обслуживания не опираться на перила площадки. Особую личную осторожность следует соблюдать при подъеме и спуске по лестницам, когда они покрыты наледью или снегом, а также при движении по тротуарам, имеющим уклон.
14. Запрещается:
 - 14.1. Выходить на проезжую часть в ожидании автобуса. Ожидать транспортное средство разрешено только на посадочных площадках, а где их нет – на тротуаре или обочине;
 - 14.2. Проходить к своему рабочему месту или с работы через территории других цехов и производственных участков с целью сокращения пути;
 - 14.3. Ходить по случайным тропинкам, не предусмотренным для движения;
 - 14.4. Пользоваться сотовым телефоном или другими предметами, отвлекающими внимание от движения;

- 14.5. Проходить через железнодорожные пути во время движения, маневрирования состава;
- 14.6. Переходить дорогу перед близко идущим транспортным средством;
- 14.7. Проходить между расцепленными железнодорожными вагонами, под вагонами, по буферам, автосцепкам, ездить на буферах, автосцепках и подножках вагонов, ходить по железнодорожным путям;
- 14.8. Прыгать на ходу с транспортных средств;
- 14.9. Проходить по участкам территории, на которых ведутся строительномонтажные, ремонтные, газоопасные, огневые работы, а также через опасные зоны, на которых имеются знаки о запрете движения;
- 14.10. Наступать на крышки люков и колодцев;
- 14.11. Пересекать проезжую часть дороги с неснятым капюшоном (при наличии).
- 14.12. Держать руки в карманах;
- 14.13. Перемещаться бегом, за исключением случаев предотвращения, локализации или ликвидации аварийных или других нештатных ситуаций;
- 14.14. Приближаться к воздушной линии электропередач в случае обнаружения несоответствия нормальному состоянию воздушной линии и прилегающей к ней территории (например, при обрыве провода с замыканием его на землю).
15. При посадке или высадке из транспортного средства необходимо осматривать поверхности, по которым планируется дальнейшее перемещение.
16. Перемещаться по скользким поверхностям необходимо приставными шагами, используя поручни при их наличии.
17. При выявлении опасности поскользывания, спотыкания или падения на маршрутах передвижения, опасных событий, которые потенциально могут привести к падениям, информировать об этом непосредственного руководителя для организации анализа и разработки мероприятий по предотвращению реализации опасных событий.
18. При передвижении вне территории предприятия также соблюдать выше изложенные требования.

Приложение 6. Правила безопасного движения работников на велосипедах

1. При использовании велосипеда необходимо:

- перед началом движения убедиться в исправности велосипеда, в работоспособности тормозов;
- о выявленных неисправностях незамедлительно докладывать лицу, ответственному за исправное состояние;
- перед началом движения обеспечить хороший захват ручек руля, чтобы исключить проскальзывание рук;
- держаться правой стороны дороги, ехать в одном ряду и в разрешенном направлении движения;
- уступать дорогу пешеходам;
- следить за автомобилями, начинающими движение или поворачивающими налево впереди себя. При движении держаться от автомобилей на безопасном расстоянии;
- не перевозить пассажиров или такой багаж, который затрудняет наблюдение за дорогой или управление велосипедом, а также мешает приводить в действие тормоза;
- избегать лишних маневров при езде по дороге, не ездить от одной стороны дороги к другой, не маневрировать между стоящими (припаркованными) автомобилями;
- следить за опасными изменениями рельефа дороги во избежание травматизма;
- обеспечить плотное прилегание одежды для исключения её попадания во вращающиеся механизмы велосипеда;
- соблюдать осторожность, приближаясь к железнодорожным путям. Железнодорожные пути переезжать под прямым углом, который должно образовывать с ними и переднее, и заднее колесо.

2. При использовании велосипеда запрещается:

- передавать велосипед для использования лицу, не допущенному к управлению в порядке, определенном п.3.6. настоящей инструкции;
- эксплуатировать велосипед в неисправном техническом состоянии;
- эксплуатировать велосипед вне времени периода года и в погодных условиях, указанных в п.3.7 настоящей инструкции.

Приложение 7. Табель оснащённости средствами для ликвидации наледи, снежных заносов и т.д. на территории ООО «ПВК»

Установка, участок							
АБК, КПП и др.							
Производственная территория, резервуарные парки и др.							
Территория Общества							

Приложение 8. Разрешение на временное закрытие проезжей части дороги на территории ООО «ПВК»/ООО «Газпром нефтехим Салават» (форма)

РАЗРЕШЕНИЕ

на временное закрытие проезжей части
дороги на территории ООО «ПВК»/ООО «Газпром нефтехим Салават»

Для производства работ _____,
(указать характер выполняемых работ)

прошу Вас разрешить временное закрытие проезжей части дороги на участке:

_____ (указать место перекрытия – улица, узел эстакады, и т.д.)

на период ведения работ с _____ ПО _____
(время, дата) (время, дата)

Руководитель подрядной организации/Технический директор,

(И.О. Фамилия, подпись, дата)

СОГЛАСОВАНО:

_____ (должность)	<i>Личная подпись, дата</i> _____ (И.О. Фамилия)
_____ (должность)	<i>Личная подпись, дата</i> _____ (И.О. Фамилия)
_____ (должность)	<i>Личная подпись, дата</i> _____ (И.О. Фамилия)
_____ (должность)	<i>Личная подпись, дата</i> _____ (И.О. Фамилия)
_____ (должность)	<i>Личная подпись, дата</i> _____ (И.О. Фамилия)
_____ (должность)	<i>Личная подпись, дата</i> _____ (И.О. Фамилия)
_____ (должность)	<i>Личная подпись, дата</i> _____ (И.О. Фамилия)
_____ (должность)	<i>Личная подпись, дата</i> _____ (И.О. Фамилия)

Приложение 9. Общие требования к организации безопасного рабочего места²⁰

I. Общие положения

1. Общие требования к организации безопасного рабочего места (далее - Требования) разработаны в целях обеспечения выполнения требований охраны труда работниками, занятыми на своих рабочих местах, и руководителями подразделений Общества, при организации рабочих мест. Для рабочих мест с территориально меняющимися рабочими зонами, где рабочей зоной считается оснащенная необходимыми средствами производства часть рабочего места, в которой один работник или несколько работников выполняют схожие работы или технологические операции положения Требований распространяются на каждую рабочую зону.

2. Рабочее место, его оборудование и оснащение, применяемые в соответствии с особенностями выполняемых работ, должны обеспечивать сохранение жизни и здоровья занятых на нем работников при соблюдении ими положений применяемых у работодателя нормативных правовых актов по вопросам охраны труда (далее по тексту - государственные требования охраны труда).

3. На рабочем месте (в рабочей зоне) должны быть приняты меры по снижению до установленных предельно допустимых значений уровней воздействия (концентрации) вредных и (или) опасных производственных факторов на занятых на данном рабочем месте работников с учетом применения ими средств индивидуальной (коллективной) защиты.

4. Рабочее место (рабочая зона), его размеры, взаимное расположение органов управления, средств отображения информации, размещение вспомогательного оборудования и инструментов должны учитывать требования к выполняемой работе в соответствии с государственными требованиями охраны труда.

II. Требования к организации рабочего места

5. При организации рабочего места (рабочей зоны) должна быть обеспечена возможность смены рабочей позы занятыми на нем работниками.

6. В зависимости от особенностей выполняемой работы рабочая поза работника в положении "сидя" является более удобной, чем рабочая поза в положении "стоя". Если основной рабочей позой работника является положение "стоя", организация рабочего места должна обеспечивать возможность смены основной рабочей позы на положение "сидя", в том числе посредством организации места для сидения.

7. Удобство рабочей позы работника в положении "сидя" достигается регулированием взаимного положения места для сидения и рабочей поверхности, в том числе ее высоты и размеров, а также высоты и угла наклона подставки для ног при ее применении.

При невозможности обеспечения указанного выше регулирования рабочей позы

²⁰ В соответствии с требованиями приказа министерства труда и социальной защиты российской федерации от 29 октября 2021 г. n 774н «Об утверждении общих требований к организации безопасного рабочего места».

допускается использование рабочего места с нерегулируемыми параметрами. В этом случае высота рабочей поверхности устанавливается в соответствии с государственными требованиями охраны труда, исходя из особенностей выполнения работы, требований к обеспечению требуемой точности действий при ее выполнении и контролю за ее выполнением, среднего роста работающих (мужчин - если работают только мужчины, женщин - если работают только женщины, по отдельности мужчин и женщин - если работают и мужчины, и женщины).

8. При организации рабочего места (рабочей зоны) в соответствии с государственными требованиями охраны труда должно быть обеспечено безопасное выполнение трудовых операций во всех зонах досягаемости в зависимости от требуемой точности и частоты действий при осуществлении управления размещенными на данном рабочем месте (в рабочей зоне) машинами, оборудованием, инструментами и приспособлениями.

9. При организации рабочего места (рабочей зоны) должно быть обеспечено устойчивое положение и свобода движений занятого на нем работника, возможность контроля деятельности и безопасность выполнения трудовых операций при условии соблюдения государственных требований охраны труда.

10. При организации рабочего места (рабочей зоны) должна быть исключена, а в случае невозможности исключения, обусловленной особенностями организации производственного процесса, снижена до минимума продолжительность времени выполнения работы в вызывающих повышенную утомляемость неудобных рабочих позах, связанных с наклоном или поворотом туловища, с поднятыми выше уровня плеч руками, с неудобным (стесненным) размещением ног, с необходимостью удержания рук на весу, с расположением органов управления или рабочих поверхностей оборудования вне пределов максимальной досягаемости рук работника либо с наличием в поле зрения работника объектов, препятствующих наблюдению за обслуживаемым объектом или процессом, а также в вынужденных рабочих позах в положениях "лежа", "на коленях", "на корточках".

11. При организации рабочего места (рабочей зоны) необходимо обеспечить обзор наблюдения с места выполнения работ, обеспечивающий восприятие визуальных средств отображения информации и знаков безопасности.

12. Средства отображения информации должны учитывать частоту и значимость поступающей информации, тип средства отображения информации, точность и скорость слежения и считывания, размещаться в зонах, обеспечивающих восприятие информации, содержащейся в средствах отображения.

13. Визуальные средства отображения информации должны иметь освещение, обеспечивающее восприятие отображаемой информации с места выполнения работ.

14. Размещение органов управления машинами и оборудованием на рабочем месте (в рабочей зоне) должно обеспечивать соблюдение государственных требований охраны труда, в том числе учитывать рабочую позу работника, функциональное назначение органа управления, частоту применения, последовательность использования, функциональную связь с соответствующими средствами отображения информации.

15. Расстояние между органами управления машинами и оборудованием должно исключать возможность произвольного изменения положения не задействованного органа управления при манипуляции с иным смежным органом управления.

16. Машины, механизмы, производственное оборудование, являющиеся источником травмоопасности, в соответствии с требованиями технических регламентов должны оснащаться защитными ограждениями и блокировками, исключающими работу оборудования при снятии защитного ограждения, при нахождении человека или частей его тела в зоне работы травмирующих частей и агрегатов, эксплуатация таких машин, механизмов, производственного оборудования должна осуществляться в соответствии с требованиями технической (эксплуатационной) документации и с соблюдением государственных требований охраны труда.

17. Участки и зоны, где работодателем по результатам проведенной им оценки профессиональных рисков определена высокая вероятность травмирования работников, должны быть обозначены разметкой сигнальной и/или знаками безопасности с учетом государственных требований охраны труда.

18. Применение знаков безопасности и разметки сигнальной дополняется информированием работника всеми доступными работодателю способами, предусмотренными системой управления охраной труда, в целях предупреждения или уменьшения воздействия на работников вредных и (или) опасных производственных факторов при осуществлении ими трудовой деятельности.

19. Рабочее место (рабочая зона), при осуществлении на нем работ по подъему и перемещению людей и грузов оснащается вспомогательным подъемно-транспортным оборудованием (средствами) с учетом государственных требований охраны труда.

20. При организации рабочих мест их взаимное расположение и компоновка должны обеспечивать безопасный доступ занятых на них работников на каждое рабочее место и возможность быстрой эвакуации работников при возникновении аварийной или иной чрезвычайной ситуации в соответствии с государственными требованиями охраны труда. Пути эвакуации и проходы должны быть свободны для движения, обозначены соответствующими указателями и иметь освещенность, обеспечивающую их восприятие.

III. Требования к безопасному содержанию рабочего места

21. Рабочее место (рабочая зона) и взаимное расположение его элементов должны обеспечивать содержание, техническое обслуживание, уборку и чистку используемых на рабочем месте машин и оборудования, инструментов и мебели с учетом государственных требований охраны труда.

22. Организация и содержание рабочих мест, а также расстояния между рабочими местами (рабочими зонами) должны обеспечивать безопасное передвижение работников и транспортных средств, безопасные действия с сырьем, материалами, заготовками, полуфабрикатами при соблюдении государственных требований охраны труда.

Приложение 10. Требования охраны труда при работе на персональном компьютере

1. Общие требования охраны труда

1.1. При эксплуатации персонального компьютера на работника могут оказывать действие следующие опасные и вредные производственные факторы:

- повышенный уровень электромагнитных излучений;
- повышенный уровень статического электричества;
- статические физические перегрузки;
- перенапряжение зрительных анализаторов;
- недостаточная освещенность рабочего места.

1.2. К работе с ПЭВМ, принтерами, копировально-множительными аппаратами и другими электрическими приборами допускаются лица обученные, прошедшие вводный инструктаж по охране труда, инструктаж по охране труда непосредственно на рабочем месте и инструктаж в объеме 1-й группы по электробезопасности (минимум один раз в год).

1.3. Помещения для эксплуатации ПЭВМ и копировально-множительных аппаратов должны иметь естественное и искусственное освещение. Эксплуатация ПЭВМ в помещениях без естественного освещения допускается только при соответствующем обосновании. При применении аппаратов копировально-множительной техники настольного типа допускается их установка в помещениях, где производятся другие виды работ, с соблюдением требований Санитарных правил. Расстановка аппаратов должна производиться с учётом обеспечения свободного доступа ко всем частям механизмов аппарата для обслуживания и ремонта.

1.4. Площадь на одно рабочее место пользователей ПЭВМ должна составлять не менее 4,5 кв.м²¹.

1.5. Рабочие столы следует размещать таким образом, чтобы мониторы были ориентированы боковой стороной к световым проемам, чтобы естественный свет падал преимущественно слева. Искусственное освещение в помещениях для эксплуатации ПЭВМ должно осуществляться системой общего равномерного освещения.

1.6. Оконные проемы следует оборудовать регулируемыми устройствами типа: жалюзи, занавесей и др.

1.7. Экран видеомонитора должен находиться от глаз пользователя на расстоянии 600-700 мм, но не ближе 500 мм с учётом размеров алфавитно-цифровых знаков и символов.

1.8. Клавиатуру следует располагать на поверхности стола на расстоянии 100-300 мм от края, обращённого к пользователю или на специальной, регулируемой по высоте, рабочей поверхности, отделённой от основной столешницы.

1.9. Рабочее место пользователя ПЭВМ включает: рабочий стол и рабочий стул (кресло).

1.10. Параметры микроклимата, освещения и шума на рабочих местах должны соответствовать нормам санитарных правил.

1.11. Помещения, где размещаются рабочие места с ПЭВМ, должны быть оборудованы защитным заземлением (занулением) в соответствии с техническими требованиями по эксплуатации. Не следует размещать рабочие места с ПЭВМ вблизи силовых кабелей и вводов, высоковольтных трансформаторов, технологического оборудования, создающего помехи в работе ПЭВМ.

²¹ СП 2.2.3670-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям труда"

1.12. Работать на неисправном оборудовании запрещается.

2. Требования охраны труда перед началом работы

2.1. Перед началом выполнения работы работник обязан:

2.1.1. Убедиться в исправности оборудования, заземления электропроводки.

2.1.2. В случае обнаружения неисправностей немедленно сообщить об этом непосредственному руководителю и только после устранения неполадок и разрешения руководителя приступить к выполнению работ.

2.1.3. Проверить освещение рабочего места, при необходимости принять меры к его нормализации.

2.1.4. С рабочего места работ убрать посторонние предметы.

3. Требования охраны труда во время работы

3.1. Во время проведения работы работник обязан:

3.1.1. Не включать оборудование в неисправную розетку, во время работы следить за нагреванием штепсельной вилки, целостности кабеля питания.

3.1.2. Не приступать к работе с влажными руками.

3.1.3. Не оставлять включенное оборудование без присмотра.

3.1.4. Не допускать на своё рабочее место лиц, не имеющих отношение к данной работе.

3.1.5. Содержать в чистоте рабочее место и не загромождать его посторонними предметами.

3.1.6. Выполнять правила безопасности, при обнаружении возможной опасности предупредить окружающих и немедленно сообщить непосредственному руководителю.

3.1.7. При работе на копировально-множительных аппаратах во избежание поражения электротоком при устранении блокировки бумаги и мелком ремонте отключить аппарат от сети. Не устанавливать детали с других копировальных машин. Отключить аппарат от сети при длительном простое. Не допускать воздействия огня на тонер-картридж.

3.2. Режим труда и отдыха предусматривает соблюдение регламентированных перерывов. Основным перерывом является перерыв для отдыха и питания. В режиме труда должны быть дополнительные регламентированные перерывы по 10 минут каждый; два перерыва при 8-часовом рабочем дне. При 8-часовом рабочем дне с обеденным перерывом через 4 часа работы, дополнительные перерывы необходимо делать через 3 часа работы и за 2 часа до окончания.

При 12-часовой рабочей смене регламентированные перерывы должны устанавливаться в первые 8 часов работы аналогично перерывам при 8-часовой рабочей смене, а в течение последних 4 часов работы, независимо от категории и вида работ, каждый час продолжительностью 15 минут.

3.3. Режим труда и отдыха персонала, непосредственно работающего с дисплеем, зависит от характера работы: при вводе данных, редактировании программ, чтении информации с экрана непрерывная продолжительность работы с дисплеем не должна превышать четырех часов подряд.

3.4. Во время регламентированных перерывов с целью снижения нервно – эмоционального напряжения, регуляции мышечного тонуса, снятия утомления с плечевого пояса и рук, улучшения мозгового кровообращения и улучшения кровоснабжения в нижних конечностях, а также снижения утомления глазодвигательного аппарата, целесообразно выполнять комплекс упражнений:

Упражнение 1. Потягивание	<ul style="list-style-type: none"> – исходное положение – сидя на стуле: ноги, согнутые в коленях поставить на пол; руки положить на пояс; – руки за голову, пальцы переплетены, прогнуться, голову наклонить назад, напрячь все мышцы тела – вдох; – слегка наклониться вперед – выдох. Повторить упражнение 4-5 раз в среднем темпе.
Упражнение 2. Поднимание согнутой ноги	<ul style="list-style-type: none"> – сидя на стуле, установленном на расстоянии 50-60 см. от стола, поднести руки к плечам, ноги выпрямить и поставить пятками на пол – вдох; – согнуть правую или левую ногу, руками обхватить голову и подтянуть к груди, напрячь мышцы живота – выдох. Повторить упражнение 3-4 раза в среднем темпе.
Упражнение 3. Наклоны туловища с поворотом	<ul style="list-style-type: none"> – исходное положение – руки к плечам; согнутые в коленях ноги поставить на пол; – наклониться вперед, правым локтем коснуться колена левой ноги – выдох; – исходное положение. Повторить упражнение 4-5 раз в медленном темпе.
Упражнение 4. Наклоны туловища в стороны	<ul style="list-style-type: none"> – исходное положение – сидя на стуле, руки на поясе; – наклонить туловище влево, голову повернуть налево, правую руку за голову – выдох; – исходное положение – вдох; – наклонить туловище вправо, голову повернуть направо, левую руку за голову – выдох; – исходное положение - вдох. Повторить упражнение медленно 3-4 раза.
Упражнение 5. Расслабление мышц	<ul style="list-style-type: none"> – исходное положение – сидя на стуле, ноги вытянуть и поставить пятками на пол – вдох; – последовательно расслабить мышцы рук, туловища, ног – выдох; – исходное положение. Повторить упражнение 3-4 раза в медленном темпе.
Упражнение 6. Упражнение для пальцев	<ul style="list-style-type: none"> – исходное положение – сидя на стуле, руки согнуты в локтях, пальцы в кулаках; – разнять пальцы без напряжения; – согнуть пальцы в кулак - без напряжения. Повторить в среднем темпе, дыхание ровное.
Упражнение 7. Перегруппировка веса тела	исходное положение – рабочая поза; перегруппировать вес тела на левую часть – выдох; исходное положение – расслабить мышцы – вдох; – перегруппировать вес тела на правую часть – выдох; исходное положение – расслабить мышцы – вдох. Повторить 3-4 раза в медленном темпе, дыхание глубокое.
Комплекс № 2	
Упражнение 1:	<ul style="list-style-type: none"> – исходное положение – основная стойка; – прямые руки развести в стороны ладонями вверх. Сделать вдох; – скрестив руки перед грудью, крепко обнять себя за плечи и сделать выдох; – выполнить то же самое. Повторить 4-6 раз.

Упражнение 2:	– круговые движения локтями вперёд (на счёт 1-4); – то же самое назад, дышать равномерно (на счёт 5-8). Повторить 4-6 раз.
Упражнение 3:	– исходное положение – основная стойка; – плечи высоко поднять вверх, вдох; – плечи резко опустить, «сбросить» вниз, расслабить руки, выдох. Повторить 4-5 раз.
Комплекс № 3	
Упражнение 1:	Исходное положение – стоя, ноги вместе, руки опущены (основная стойка). Максимальное напряжение мышц ног снизу вверх и расслабление. Повторить 3 раза.
Упражнение 2:	Максимальное напряжение мышц плечевого пояса (от кистей рук к мышцам плечевого пояса и спины) – расслабление. Повторить 3 раза.
Упражнение 3:	Массаж лба в течение 1 минуты. Легкое поглаживание лба, его области над бровями в направлении к вискам. Менять комплекс упражнений следует 1 раз в две недели.
Комплекс упражнений для глаз (длительность 2-3 мин.)	
Исходное положение: сидя в удобной позе, позвоночник прямой, глаза открыты, взгляд устремлён прямо. Выполнять упражнение совсем легко, без напряжения.	
Упражнение 1:	Взгляд направить влево-прямо, вправо-прямо, вверх-прямо, внизпрямо, без задержки в отведённом положении. Повторить до 5 раз.
Упражнение 2:	Взгляд смещать по диагонали: влево-вниз-прямо; вправо-внизпрямо; влево-вверх-прямо и постепенно увеличивать задержки в отведённом положении. Дыхание произвольное. Повторить до 5 раз.
Упражнение 3:	Круговые движения глаз до 10 кругов влево и вправо. Вначале быстро, потом как можно медленнее.
Упражнение 4:	Изменение расстояния: смотреть на кончик носа, затем вдаль. Повторить несколько раз.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. Во всех случаях обрыва проводов питания, неисправности заземления и других повреждений, появления гари, немедленно отключить питание и сообщить об аварийной ситуации руководителю.

4.2. Не приступать к работе до устранения неисправностей.

4.3. При возникновении пожара, задымлении:

– немедленно вызвать пожарную охрану, оповестить работающих рядом, поставить в известность непосредственного руководителя;

– открыть запасные выходы из здания, обесточить электропитание, закрыть окна и прикрыть двери;

– приступить к тушению пожара первичными средствами пожаротушения, если это не сопряжено с риском для жизни;

– организовать встречу пожарной команды;

– покинуть здание и находиться в зоне эвакуации.

4.4. При прекращении подачи электроэнергии отключить оборудование.

5. Требования охраны труда по окончанию работы

5.1. По окончании работы работник обязан:

5.1.1. Привести в порядок рабочее место, убрать все документы и приспособления отведенное для них место.

5.1.2. Отключить ПЭВМ, средства оргтехники.

5.1.3. Отключить местное освещение.

5.1.4. Доложить руководителю о возможных выявленных недостатках, влияющих на безопасность труда, обнаруженных во время работы.

Приложение 11. Меры оказания первой помощи пострадавшим

Согласно статье 31 Федерального закона от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» первую помощь до оказания медицинской помощи оказывают гражданам при несчастных случаях, травмах, ранениях, поражениях, отравлениях, других состояниях и заболеваниях, угрожающих их жизни и здоровью. Взаимопомощь оказывают лица, оказавшиеся вблизи с пострадавшим.

1.1. Первая помощь оказывается при следующих состояниях:

- отсутствие сознания;
- остановка дыхания и кровообращения;
- наружные кровотечения;
- инородные тела в верхних дыхательных путях;
- травмы различных областей тела;
- ожоги, эффекты воздействия высоких температур, теплового излучения;
- отморожение и другие эффекты воздействия низких температур;
- отравления.

1.2. Все работники ООО «ПВК» и лица, находящиеся на территории ООО «ПВК» обязаны знать и уметь оказывать первую помощь, знать номера телефонов экстренных служб²², проходить обучение правилам и методам оказания первой помощи пострадавшим²³.

1.3. Перед началом действий на месте происшествия следует обеспечить безопасные условия для оказания первой помощи. При этом необходимо помнить, что может угрожать участнику оказания первой помощи, пострадавшему и очевидцам происшествия:

- поражение электрическим током;
- интенсивное дорожное движение;
- возможное возгорание или взрыв;
- поражение токсическими веществами;
- агрессивно настроенные люди;
- высокая вероятность обрушения здания или каких-либо конструкций;
- животные и т.п.

1.3. Для оказания первой помощи необходимо использовать аптечку для оказания первой помощи работникам (далее – аптечка) и соблюдать меры профилактики инфекционных заболеваний, передающихся при непосредственном контакте с человеком, его кровью и другими жидкостями.

1.4. Для снижения риска заражения при оказании первой помощи следует использовать средства из аптечки:

- медицинские перчатки (для защиты рук);
- защитные устройства для проведения искусственного дыхания «рот-устройство-рот»;
- медицинские 3-слойные маски из нетканого материала, для снижения риска инфицирования человека, оказывающего первую помощь.

²² В соответствии с инструкцией «По общим вопросам производственной безопасности».

²³ В соответствии со стандартом «Обязательное обучение работников».

1.5. В случае попадания крови и других биологических жидкостей на кожу следует немедленно смыть их проточной водой, тщательно вымыть руки. При наличии спиртовых антисептических салфеток из бумажного текстилеподобного материала (находятся в аптечке) необходимо обработать кожу с их помощью.

1.6. После проведения искусственного дыхания рекомендуется прополоскать рот.

1.7. Основные правила вызова скорой медицинской помощи:

1.7.1. Вызов скорой медицинской помощи производится по телефону²⁴ 003 (вызов осуществляется только со стационарного телефона), 25-63, 28-90, 112.

1.7.2. При вызове скорой медицинской помощи необходимо обязательно сообщить диспетчеру следующую информацию:

- место происшествия, что произошло;
- число пострадавших и тяжесть их состояния;
- какая помощь оказывается;
- фамилия и должность лица, вызвавшего скорую медицинскую помощь.

1.7.3. Телефонную трубку положить последним, после сообщения фельдшера о том, что вызов принят.

2. Универсальный алгоритм оказания первой помощи

2.1. Первая помощь пострадавшим при несчастных случаях должна оказываться в соответствии с универсальным алгоритмом оказания первой помощи²⁵ (далее – алгоритм), приведённым в таблице 1, схема алгоритма - приложение 2.

Таблица 1 - Универсальный алгоритм оказания первой помощи

Пункт алгоритма	Меры реагирования	Срок
	<p><u>Проводят оценку обстановки и обеспечивают безопасные условия для оказания первой помощи:</u></p> <p>1) определяют угрожающие факторы для собственной жизни и здоровья;</p> <p>2) определяют угрожающие факторы для жизни и здоровья пострадавшего;</p> <p>3) устраняют угрожающие факторы для жизни и здоровья;</p> <p>4) прекращают действие повреждающих факторов на пострадавшего;</p> <p>5) оценивают количество пострадавших (при необходимости);</p> <p>6) извлекают пострадавшего из транспортного средства или других труднодоступных мест (при необходимости);</p> <p>7) перемещают пострадавшего (при необходимости).</p>	Определяется в зависимости от обстоятельств происшествия
	<p><u>Определяют наличие сознания у пострадавшего.</u> При наличии сознания переходят к п. 7 Алгоритма; при</p>	5 секунд

²⁴ Вызов с сотового телефона осуществляется по номеру 8-3476-39-XX-XX.

²⁵ В соответствии с Федеральным законом от 21.11.2011 N 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации" и Приказом Минздрава России от 04.05.2012 № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи».

Пункт алгоритма	Меры реагирования	Срок
	отсутствии сознания переходят к п. 3 Алгоритма.	
	<p><u>Восстанавливают проходимость дыхательных путей:</u> 1) запрокидывают голову с подъемом подбородка; 2) выдвигают нижнюю челюсть.</p> <p><u>Определяют признаки жизни:</u></p> <p>3) определяют наличие нормального дыхания с помощью слуха, зрения и осязания; определяют наличие кровообращения путем проверки пульса на магистральных артериях (одновременно с определением дыхания и при наличии соответствующей подготовки).</p> <p>4) При наличии дыхания переходят к п. 6 Алгоритма; при отсутствии дыхания переходят к п. 4 Алгоритма.</p>	<p>2 секунды</p> <p>10 секунд</p>
	<u>Вызывают скорую медицинскую помощь</u> (по телефону 003 (вызов осуществляется только со стационарного телефона), 25-63, 28-90, 112, привлекая помощника или с использованием громкой связи на телефоне).	1 минута
	<p><u>Начинают проведение базовой сердечно-легочной реанимации</u> (далее – СЛР) путем чередования:</p> <p>1) давления руками на грудину пострадавшего;</p> <p>2) искусственного дыхания "Рот ко рту" или "Рот к носу" с использованием устройств для искусственного дыхания.</p> <p>При появлении признаков жизни переходят к п. 6 Алгоритма.</p>	До появления признаков жизни, приезда скорой медицинской помощи или других специальных служб, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь, или до появления чувства собственной усталости, не позволяющей продолжать СЛР.
	<p>При появлении (наличии) признаков жизни выполняют <u>мероприятия по поддержанию проходимости дыхательных путей</u> одним или несколькими способами:</p> <p>1) придают устойчивое боковое положение; 2) запрокидывают голову с подъемом подбородка; 3) выдвигают нижнюю челюсть.</p>	20 секунд
	<u>Проводят обзорный осмотр пострадавшего</u>	Определяется

Пункт алгоритма	Меры реагирования	Срок
	<p>и осуществляют <u>мероприятия по временной остановке наружного кровотечения</u> одним или несколькими способами:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) прямым давлением на рану; 2) пальцевым прижатием артерии; 3) наложением давящей повязки; 4) максимальным сгибанием конечности в суставе; 5) наложением жгута. 	<p>наличием и видом кровотечения, а также методами его остановки</p>
	<p><u>Проводят подробный осмотр пострадавшего</u> в целях выявления признаков травм, отравлений и других состояний, угрожающих его жизни и здоровью, осуществляют вызов скорой медицинской помощи (если она не была вызвана ранее) и выполняют мероприятия по оказанию первой помощи:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) проводят осмотр головы; 2) проводят осмотр шеи; 3) проводят осмотр груди; 4) проводят осмотр спины; 5) проводят осмотр живота и таза; 6) проводят осмотр конечностей; 7) накладывают повязки при травмах различных областей тела, в том числе окклюзионную (герметизирующую) при ранении грудной клетки; 8) проводят иммобилизацию (с помощью подручных средств, аутоиммобилизацию, с использованием изделий медицинского назначения); 9) фиксируют шейный отдел позвоночника (вручную, подручными средствами, с использованием изделий медицинского назначения); 10) прекращают воздействия опасных химических веществ на пострадавшего (промывают желудок путем приема воды и вызывания рвоты, удаляют с поврежденной поверхности и промывают поврежденные поверхности проточной водой); 10) проводят местное охлаждение при травмах, термических ожогах и иных воздействиях высоких температур или теплового излучения; 11) проводят термоизоляцию при отморожениях и других эффектах воздействия низких температур. 	<p>Определяется наличием и характером травм, отравлений и прочих состояний, требующих оказания первой помощи</p>
	<p><u>Придают пострадавшему оптимальное положение тела.</u></p>	<p>1 минута</p>
	<p><u>Постоянно контролируют состояние пострадавшего</u> (наличие сознания, дыхания и кровообращения) и <u>оказывают психологическую поддержку.</u></p>	<p>Определяется временем прибытия бригады скорой медицинской помощи</p>
	<p><u>Передают пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи</u>, при их прибытии, сообщают</p>	<p>1 минута</p>

Пункт алгоритма	Меры реагирования	Срок
	необходимую информацию.	

Примечание:

Перечень мероприятий Универсального алгоритма оказания первой помощи является типовым, временные параметры, необходимые для выполнения мероприятий определяются с учетом конкретных условий оказания первой помощи.

2.2. При несчастном случае необходимо сообщить своему непосредственному руководителю о происшествии и сохранить без изменений обстановку на рабочем месте, если это не угрожает жизни и здоровью других лиц.

3. Экстренное извлечение пострадавших из транспортного средства или труднодоступных мест

3.1. Извлечение пострадавших из транспортного средства или другого труднодоступного места выполняется только при наличии угрозы для его жизни и здоровья и невозможности оказания первой помощи в тех условиях, в которых находится пострадавший. Во всех остальных случаях лучше дождаться приезда скорой медицинской помощи и других служб, участвующих в ликвидации последствий происшествия.

3.2. Извлечение пострадавшего осуществляется определенными способами:

3.2.1. Если пострадавший находится в сознании: руки участника оказания первой помощи проводятся под подмышками пострадавшего, фиксируют его предплечье, после чего пострадавший извлекается наружу (рисунок 1).

3.2.2. Если пострадавший, находится без сознания или с подозрением на травму шейного отдела позвоночника, необходимо фиксировать ему голову и шею (рисунок 2). При этом одна из рук участника оказания первой помощи фиксирует за нижнюю челюсть голову пострадавшего, а вторая держит его противоположное предплечье.

3.3. После извлечения следует переместить пострадавшего на безопасное расстояние. В зависимости от характера травм и состояния пострадавшего, количества участников перемещения и их физических возможностей перемещать пострадавшего до транспорта или в безопасное место можно различными способами:

3.3.1. Перемещение пострадавшего в одиночку с поддержкой (рисунок 3). Используется для перемещения легкопострадавших лиц, находящихся в сознании.

3.3.2. Перемещение пострадавшего в одиночку волоком (рисунок 4). Применяется для перемещения на близкое расстояние пострадавших, имеющих значительный вес. Нежелательно использовать у пострадавших с травмами нижних конечностей.

3.3.3. Переноска пострадавшего в одиночку на спине (рисунок 5). Может использоваться для переноски пострадавших, имеющих небольшой вес. Не применяется для переноски пострадавших находящихся без сознания.

3.3.4. Переноска пострадавшего на руках (рисунок 6). Используется лицами, имеющими достаточную для применения этого способа физическую силу. Этим способом возможна переноска пострадавших, находящихся без сознания. Нежелательно переносить так пострадавших с подозрением на травму позвоночника.



Рисунок 1



Рисунок 2



Рисунок 3



Рисунок 4



Рисунок 5



Рисунок 6

3.3.5. Переноска пострадавшего в одиночку на плече (рисунок 7). При переноске таким способом следует придерживать пострадавшего за руку. Этот способ не применяется при переноске пострадавших с травмами груди, живота и позвоночника.

3.3.6. Переноска пострадавшего вдвоем на замке из четырех рук (рисунок 8). 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 придерживаться за плечи переносящих его людей (рисунок 9).

3.3.7. Переноска пострадавшего вдвоем на замке из трех рук с поддержкой под спину. При использовании этого способа один из участников оказания первой помощи не берет руку в замок, а располагает ее на плече у другого (рисунок 10). На эту руку пострадавший может опираться при переноске (рисунок 11). Таким образом осуществляется переноска пострадавших, у которых есть риск потери сознания или пострадавших, которые не могут удержаться на замке из четырех рук.

3.3.8. Переноска пострадавшего вдвоем за руки и ноги (рисунок 12). При переноске этим способом, один из участников оказания первой помощи держит пострадавшего за предплечье одной руки, просунув руки подмышки, а другой – под колени.



Рисунок 7

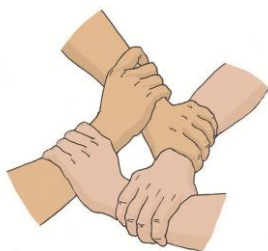


Рисунок 8



Рисунок 9



Рисунок 10



Рисунок 11



Рисунок 12



Рисунок 13



Рисунок 14

3.3.9. Переноска пострадавшего с подозрением на травму позвоночника. Для переноски пострадавшего с подозрением на травму позвоночника необходимо несколько человек, которые под руководством одного из участников оказания первой помощи поднимают и переносят пострадавшего (рисунок 13). При переноске один из участников оказания первой помощи должен фиксировать голову и шею пострадавшего своими предплечьями (рисунок 14). Более удобно и безопасно для пострадавшего с подозрением на травму позвоночника переносить его на твердой ровной поверхности (например, на щите).

4. Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения

4.1. На месте происшествия участнику оказания первой помощи следует оценить безопасность для себя, пострадавшего (пострадавших) и окружающих. При наличии угрожающих факторов их следует устранить или минимизировать риск для собственного здоровья, риск для пострадавшего (пострадавших) и окружающих.

4.2. Далее проверяют наличие сознания у пострадавшего. Для проверки сознания необходимо аккуратно потормозить пострадавшего за плечи и громко спросить: «Что с Вами? Нужна ли Вам помощь?» (рисунок 15). Человек, находящийся в бессознательном состоянии, не сможет отреагировать и ответить на эти вопросы.

4.3. При отсутствии признаков сознания определяют наличие дыхания у пострадавшего. Для этого необходимо восстановить проходимость дыхательных путей у пострадавшего: одну руку положить на лоб пострадавшего, двумя пальцами другой руки взять за подбородок, запрокинуть голову, поднять подбородок и выдвинуть нижнюю челюсть. При подозрении на травму шейного отдела позвоночника запрокидывание следует выполнять максимально аккуратно и щадяще.

Для проверки дыхания следует наклониться щекой и ухом ко рту и носу пострадавшего (рисунок 16) и в течение 10 сек. попытаться услышать его дыхание, почувствовать выдыхаемый воздух на своей щеке и увидеть движения грудной клетки у пострадавшего. При отсутствии дыхания грудная клетка пострадавшего останется неподвижной, звуков его дыхания не будет слышно, выдыхаемый воздух изо рта и носа не будет ощущаться щекой.



Рисунок 15



Рисунок 16

4.4. При отсутствии дыхания у пострадавшего участнику оказания первой помощи следует организовать вызов скорой медицинской помощи привлекая помощника (рисунок 17). Для этого надо громко позвать на помощь, обращаясь к конкретному человеку, находящемуся рядом с местом происшествия и дать ему соответствующие указание. Указания следует давать кратко, понятно, информативно: *«Человек не дышит. Вызывайте «скорую». Сообщите мне, что вызвали»*.

4.5. При отсутствии возможности привлечения помощника, скорую медицинскую помощь следует вызвать самостоятельно (например, используя функцию громкой связи в телефоне). Вызов осуществляется в соответствии с п.1.9. настоящей инструкции.

4.6. Одновременно с вызовом скорой медицинской помощи необходимо приступить к СЛР пострадавшего, который должен располагаться лежа на спине на твердой ровной поверхности.

4.7. Техника проведения СЛР:

4.7.1. Основание ладони одной руки участника оказания первой помощи помещается на середину грудной клетки пострадавшего, вторая рука помещается сверху первой, кисти рук берутся в замок (рисунок 18, 19), руки выпрямляются в локтевых суставах, плечи участника оказания первой помощи располагаются над пострадавшим так, чтобы давление осуществлялось перпендикулярно плоскости грудины (рисунок 20).

4.7.2. Давление руками на грудину пострадавшего выполняется весом туловища участника оказания первой помощи на глубину 5-6 см с частотой 100-120 в минуту.



Рисунок 17



Рисунок 18



Рисунок 19

4.7.3. После 30 надавливаний руками на грудину пострадавшего необходимо осуществить искусственное дыхание методом «Рот-ко-рту» (рисунок 21). Для этого следует открыть дыхательные пути пострадавшего (запрокинуть голову, поднять подбородок), зажать его нос двумя пальцами, сделать два вдоха искусственного дыхания.

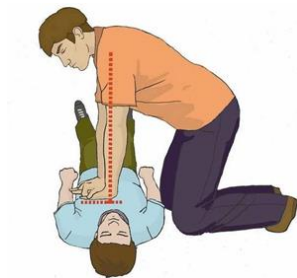


Рисунок 20



Рисунок 21

4.7.4. Вдохи искусственного дыхания выполняются следующим образом: необходимо сделать свой нормальный вдох, герметично обхватить своими губами рот пострадавшего и выполнить равномерный выдох в его дыхательные пути в течение 1 секунды, наблюдая за движением его грудной клетки. Ориентиром достаточного объема вдвухаемого воздуха и эффективного вдоха искусственного дыхания является начало подъема грудной клетки, определяемое участником оказания первой помощи визуально.

4.7.5. Продолжая поддерживать проходимость дыхательных путей, необходимо дать пострадавшему совершить пассивный выдох, после чего повторить вдох искусственного дыхания вышеописанным образом. На 2 вдоха искусственного дыхания должно быть потрачено не более 10 секунд. Не следует делать более двух попыток вдохов искусственного дыхания в перерывах между давлениями руками на грудину пострадавшего.

4.7.6. При этом рекомендуется использовать устройство для проведения искусственного дыхания из аптечки или укладки.

4.7.7. В случае невозможности выполнения искусственного дыхания методом «Рот-ко-рту» (например, повреждение губ пострадавшего), производится искусственное дыхание методом «Рот-к-носу». При этом техника выполнения отличается тем, что участник оказания первой помощи закрывает рот пострадавшему при запрокидывании головы и обхватывает своими губами нос пострадавшего.

4.7.8. Далее следует продолжить реанимационные мероприятия, чередуя 30 надавливаний на грудину с 2-мя вдохами искусственного дыхания.

4.8. Осложнением СЛР является перелом костей грудной клетки (преимущественно ребер). Необходимо избегать избыточной силы давления руками на грудину пострадавшего, неверно определенной точке расположения рук.

4.9. Показания к прекращению СЛР:

4.9.1. Реанимационные мероприятия продолжаются до прибытия скорой медицинской помощи и распоряжения их сотрудников о прекращении реанимации, либо до появления явных признаков жизни у пострадавшего (появления самостоятельного дыхания, возникновения кашля, произвольных движений).

4.9.2. При длительном проведении реанимационных мероприятий и возникновения физической усталости у участника оказания первой помощи необходимо привлечь помощника к осуществлению этих мероприятий. Рекомендуется при проведении СЛР производить смену ее участников примерно каждые 2 минуты, или спустя 5-6 циклов надавливаний и вдохов.

4.9.3. Реанимационные мероприятия могут не осуществляться пострадавшим с явными признаками нежизнеспособности (травма, несовместимая с жизнью).

4.10. После прекращения СЛР при появлении самостоятельного дыхания у

пострадавшего с отсутствующим сознанием (либо если у пострадавшего, внезапно потерявшего сознание, изначально имелось дыхание) ему необходимо придать устойчивое боковое положение. Для этого необходимо выполнить следующую последовательность действий (рисунок 22):

4.10.1. Расположить ближнюю руку пострадавшего под прямым углом к его телу (рисунок 22.1).

4.10.2. Дальнюю руку пострадавшего приложить тыльной стороной ладони к противоположной щеке пострадавшего, придерживая ее своей рукой (рисунок 22.2).

4.10.3. После этого согнуть дальнюю от себя ногу пострадавшего в колене, поставить ее с опорой на стопу, надавить на колено этой ноги на себя (в указанном на рисунке 22.3 направлении) и повернуть пострадавшего.

4.10.4. После поворота пострадавшего набок слегка запрокинуть его голову для открытия дыхательных путей и подтянуть ногу, лежащую сверху, ближе к животу (рисунок 22.4).

4.10.5. В результате описанных выше действий пострадавший будет находиться в положении, изображенном на рисунке 22.5. Необходимо наблюдать за его состоянием до прибытия бригады скорой медицинской помощи, регулярно оценивая наличие у него дыхания.

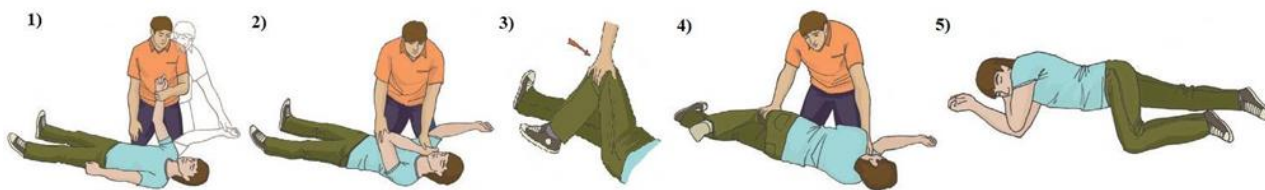


Рисунок 22

5. Порядок оказания первой помощи при частичном и полном нарушении проходимости верхних дыхательных путей

5.1. Признаком нарушения проходимости верхних дыхательных путей является поза, при которой человек держится рукой за горло и одновременно пытается кашлять, чтобы удалить инородное тело.

5.2. Чтобы определить степень нарушения, следует спросить пострадавшего, подавился ли он.

□ При частичном нарушении проходимости верхних дыхательных путей пострадавший отвечает на вопрос, может кашлять.

□ При полном нарушении проходимости верхних дыхательных путей пострадавший не может говорить, не может дышать или дыхание явно затруднено (шумное, хриплое), может хватать себя за горло, может кивать.

5.3. При частичном нарушении проходимости следует предложить пострадавшему покашлять (рисунок 23).

5.4. При полном нарушении проходимости верхних дыхательных путей необходимо предпринять меры по удалению инородного тела (рисунок 24):

5.4.1. Придерживая пострадавшего одной рукой, другой наклонить его вперед, чтобы в случае смещения инородного тела оно попало в рот пострадавшего, а не опустилось ниже в дыхательные пути.

5.4.2. Встать сбоку и немного сзади пострадавшего.

5.4.3. Нанести 5 резких ударов основанием своей ладони между лопатками пострадавшего.

5.4.4. Проверять после каждого удара, не удалось ли устранить нарушение проходимости.

5.4.5. Если после 5 ударов инородное тело не удалено, то следует:

□ встать позади пострадавшего и обхватить его обеими руками на уровне верхней части живота;

□ сжать кулак одной из рук и поместить его над пупком большим пальцем к себе (рисунок 25);

□ обхватить кулак другой рукой и, слегка наклонив пострадавшего вперед, резко надавить на его живот в направлении внутрь и кверху (рисунок 26);

□ при необходимости надавливания повторить до 5 раз.



Рисунок 23



Рисунок 24



Рисунок 25



Рисунок 26

5.4.6. Если удалить инородное тело не удалось, необходимо продолжать попытки его удаления, перемежая пять ударов по спине с пятью надавливаниями на живот.

5.4.7. Если пострадавший потерял сознание – необходимо начать СЛР. При этом следует следить за возможным появлением инородного тела во рту для того, чтобы своевременно удалить его.

5.4.8. Если инородное тело нарушило проходимость дыхательных путей у тучного человека, оказание первой помощи начинается также, как описано выше, с 5 ударов между лопатками (рисунок 24). У тучных людей не осуществляется давление на живот. Вместо него проводятся надавливания на нижнюю часть груди. При отсутствии эффекта от этих действий необходимо приступить к СЛР.

6. Оказание первой помощи при наружных кровотечениях и травмах

6.1. При оказании первой помощи необходимо произвести обзорный осмотр пострадавшего для определения признаков кровотечения, требующего скорейшей остановки. Обзорный осмотр производится очень быстро, в течение 1-2 секунд, с головы до ног (рисунок 27).

6.2. Основные признаки острой кровопотери:

- резкая общая слабость;
- чувство жажды;
- головокружение;

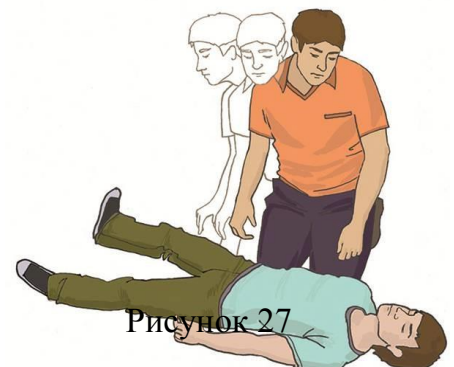


Рисунок 27

- мелькание «мушек» перед глазами;
- обморок, чаще при попытке встать;
- бледная, влажная и холодная кожа;
- учащённое сердцебиение;
- частое дыхание.

6.3. По внешним признакам кровотечения подразделяются на следующие виды кровотечения:

- наружное кровотечение сопровождается повреждением кожных покровов и слизистых оболочек, при этом кровь изливается наружу в окружающую среду;
- внутреннее кровотечение чаще всего возникает при тупых травмах грудной клетки, живота, сопровождающихся повреждением внутренних органов-легких, селезенки, печени.

6.4. По виду поврежденных сосудов кровотечения бывают:

– Артериальные – наиболее опасные, так как при ранении крупных артерий происходит большая потеря крови за короткое время. Признаком артериальных кровотечений обычно является пульсирующая алая струя крови, быстро расплывающаяся лужа крови алого цвета, быстро пропитываемая кровью одежда пострадавшего.

– Венозные – характеризуются меньшей скоростью кровопотери, кровь темно-вишневая, вытекает «ручьём». Венозные кровотечения могут быть менее опасными, чем артериальные, однако также требуют скорейшей остановки.

– Капиллярные – наблюдаются при ссадинах, порезах, царапинах. Капиллярное кровотечение непосредственной угрозы для жизни, как правило, не представляет.

– Смешанные – кровотечения, при которых имеются одновременно артериальное, венозное и капиллярное кровотечение. Наблюдаются, например, при отрыве конечности. Опасны вследствие наличия артериального кровотечения.

6.5. Оказание первой помощи при кровотечениях проводят в соответствии с алгоритмом – после выполнения пунктов 1 - 6 «алгоритма» (таблица 1). Для оказания первой помощи пострадавшему при кровотечении следует:

- провести обзорный осмотр для определения наличия кровотечения;
- определить вид кровотечения;
- выполнить остановку кровотечения наиболее подходящим способом или их комбинацией.

6.6. Способы временной остановки кровотечения:

- прямое давление на рану;
- наложение давящей повязки;
- пальцевое прижатие артерии;
- максимальное сгибание конечности в суставе;
- наложение кровоостанавливающего жгута (табельного или импровизированного).

6.7. Мероприятия по остановке кровотечения выполняются в следующем порядке:

6.7.1. Прямое давление на рану является наиболее простым способом остановки кровотечений:

– рану закрывают стерильными салфетками или стерильным бинтом, после чего на область раны осуществляется давление рукой участника оказания первой помощи с силой, достаточной для остановки кровотечения (рисунок 28);

– при отсутствии бинта или салфеток для наложения на рану можно использовать любую подручную ткань;

– при отсутствии табельных и подручных средств допустимо осуществлять давление на рану рукой участника оказания первой помощи (при этом не следует забывать о необходимости использования медицинских перчаток);

– пострадавший может попытаться самостоятельно остановить имеющееся у него кровотечение, используя прямое давление на рану.

6.7.2. Для более продолжительной остановки кровотечения используют наложение давящей повязки (рисунок 29). При наложении давящей повязки следует соблюдать общие принципы наложения бинтовых повязок: на рану желательно положить стерильные салфетки из аптечки, бинт должен раскатываться по ходу движения, по окончании наложения повязку следует закрепить, завязав свободный конец бинта

вокруг конечности. Поскольку основная задача повязки – остановить кровотечение, она должна накладываться с усилием (давлением). Если повязка начинает пропитываться кровью, то поверх нее накладывают еще несколько стерильных салфеток и туго прибинтовывают.

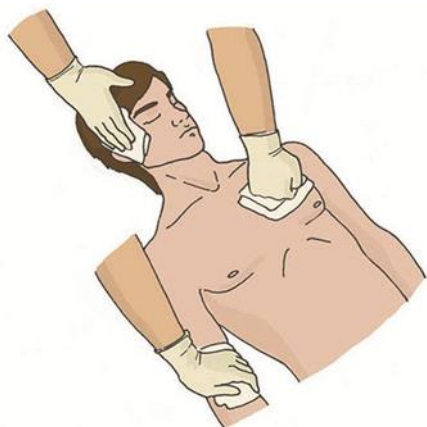


Рисунок 28

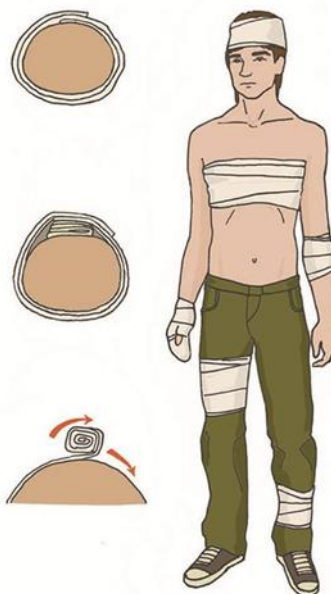


Рисунок 29

6.7.3. Пальцевое прижатие артерии позволяет достаточно быстро и эффективно останавливать кровотечение из крупных артерий.

– Давление осуществляется в определенных точках между раной и сердцем. Выбор точек обусловлен возможностью прижатия артерии к кости. Результатом является прекращение поступления крови к поврежденному участку сосуда и остановка или значительное ослабление кровотечения.

– Пальцевое прижатие артерии предшествует наложению кровоостанавливающего жгута и используется в первые секунды после обнаружения кровотечения и начала оказания первой помощи (так же, как и прямое давление на рану).

– Пальцевое прижатие артерии может быть, как самостоятельным способом остановки кровотечения, так и использоваться в комплексе с другими способами (например, с давящей повязкой на рану).

– Эффективность и правильность использования этого способа определяется визуально – по уменьшению или остановке кровотечения.

6.7.4. Способы остановки кровотечений из крупных артерий:

6.7.4.1. Общая сонная артерия прижимается на передней поверхности шеи снаружи от гортани на стороне повреждения (рисунок 30). Давление в указанную точку может осуществляться четырьмя пальцами одновременно по направлению к позвоночнику (рисунок 31), при этом сонная артерия придавливается к нему. Другим вариантом пальцевого прижатия сонной артерии является давление в ту же точку большим пальцем по направлению к позвоночнику (рисунок 32). Прижимать необходимо с достаточной силой, т.к. кровотечения из сонной артерии очень интенсивные.



Рисунок 30



Рисунок 31



Рисунок 32

6.7.4.2. Подключичная артерия прижимается в ямке над ключицей к первому ребру (рисунок 33). Осуществлять давление в точку прижатия подключичной артерии можно с помощью четырех выпрямленных пальцев (рисунок 34). Другим способом пальцевого прижатия подключичной артерии является давление согнутыми пальцами (рисунок 35).

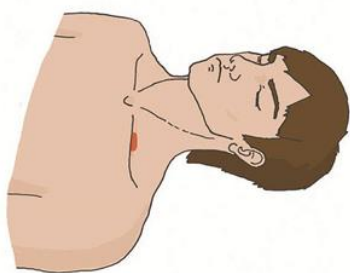


Рисунок 33



Рисунок 34

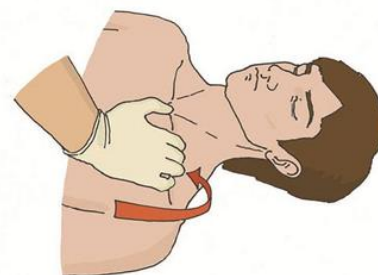


Рисунок 35

6.7.4.3. Плечевая артерия прижимается к плечевой кости с внутренней стороны между бицепсом и трицепсом в средней трети плеча (рисунок 36), если кровотечение возникло из ран средней и нижней трети плеча, предплечья и кисти. Давление на точку прижатия осуществляется с помощью четырех пальцев кисти, обхватывающей плечо пострадавшего сверху или снизу (рисунок 37).

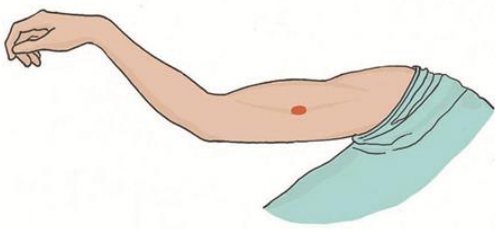


Рисунок 36



Рисунок 37

6.7.4.4. Подмышечная артерия прижимается к плечевой кости в подмышечной впадине (рисунок 38) при кровотечении из раны плеча ниже плечевого сустава. Давление в точку прижатия подмышечной артерии производится прямыми, жестко зафиксированными пальцами с достаточной силой в направлении плечевого сустава. При этом область плечевого сустава, пострадавшего следует придерживать другой рукой (рисунок 39).

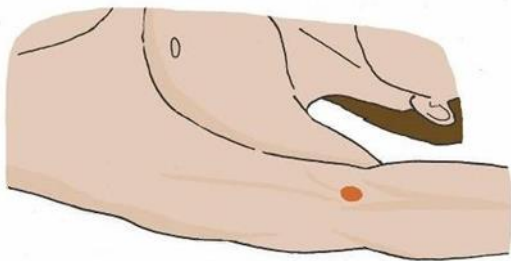


Рисунок 38



Рисунок 39

6.7.4.5. Бедренная артерия прижимается ниже паховой складки (рисунок 40) при кровотечении из ран в области бедра. Давление выполняется кулаком, зафиксированным второй рукой, весом тела участника оказания первой помощи (рисунок 41).

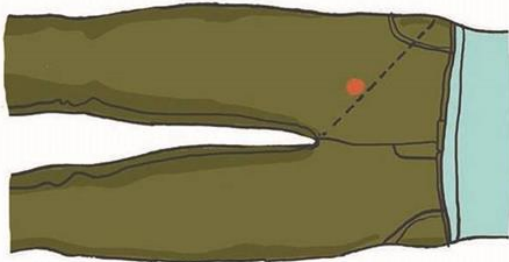


Рисунок 40



Рисунок 41

6.7.4.6. Максимальное сгибание конечности в суставе приводит к перегибу и сдавлению кровеносного сосуда, что способствует прекращению кровотечения. Этот способ достаточно эффективно останавливает кровотечение. Для повышения эффективности в область сустава необходимо вложить 1-2 бинта или свернутую валиком одежду. После сгибания конечность фиксируют руками, несколькими турами бинта

или подручными средствами (например, брючным ремнем).

6.7.5. Остановка кровотечения максимальным сгибанием конечности:

6.7.5.1. При кровотечениях из ран верхней части плеча и подключичной области верхнюю конечность заводят за спину со сгибанием в локтевом суставе и фиксируют бинтом или обе руки заводят назад со сгибанием в локтевых суставах и притягивают друг к другу бинтом.

6.7.5.2. Для остановки кровотечения из предплечья в локтевой сгиб вкладывают валик, конечность максимально сгибают в локтевом суставе и предплечье фиксируют к плечу в таком положении, например, ремнем (рисунок 42).

6.7.5.3. При повреждении сосудов стопы, голени и подколенной ямки в последнюю вкладывают несколько бинтов или валик из ткани, после чего конечность сгибают в коленном суставе и фиксируют в этом положении бинтом (рисунок 43).

6.7.5.4. Для остановки кровотечения при травме бедра сверток из ткани или несколько бинтов вкладывают в область паховой складки, нижнюю конечность сгибают в тазобедренном суставе (притягивают колено к груди) и фиксируют руками или бинтом (рисунок 44).

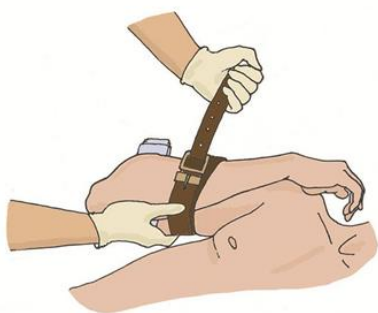


Рисунок 42



Рисунок 43



Рисунок 44

6.7.6. Наложение кровоостанавливающего жгута может применяться для более продолжительной временной остановки сильного артериального кровотечения.

Для снижения негативного воздействия жгута на конечности его следует накладывать в соответствии со следующими правилами:

6.7.6.1. Жгут следует накладывать только при артериальном кровотечении при ранении плеча и бедра.

6.7.6.2. 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.

6.7.6.3. Жгут на голое тело накладывать нельзя, только поверх одежды или тканевой (бинтовой) прокладки.

6.7.6.4. Перед наложением жгут следует завести за конечность и растянуть (рисунок 45).

6.7.6.5. Кровотечение останавливается первым (растянутым) туром жгута, все последующие (фиксирующие) туры накладываются так, чтобы каждый последующий тур примерно наполовину перекрывал предыдущий (рисунок 46).

6.7.6.6. Жгут не должен быть закрыт повязкой или одеждой, т.е. должен быть на виду.

6.7.6.7. Точное время наложения жгута следует указать в записке, записку поместить под жгут (рисунок 47).

6.7.6.8. Максимальное время нахождения жгута на конечности не должно

превышать 60 минут в теплое время года и 30 минут в холодное.

6.7.6.9. После наложения жгута конечность следует иммобилизовать (обездвижить) и термоизолировать (укутать) доступными способами.



Рисунок 45



Рисунок 46



Рисунок 47

6.7.6.10. 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.

6.7.6.11. В качестве импровизированного жгута можно использовать подручные средства: тесьму, платок, галстук и другие подобные вещи (рисунок 48). Для остановки кровотечения в этом случае из указанных материалов делается петля, закручивающаяся до остановки или значительного ослабления артериального кровотечения с помощью любого прочного предмета (металлического или деревянного прута). При достижении остановки кровотечения прут прибинтовывают к конечности. Импровизированные жгуты накладываются также по вышеописанным правилам.

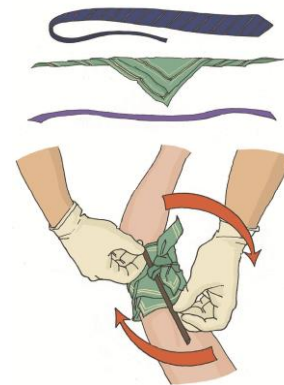


Рисунок 48

6.8. Оказание первой помощи при носовом кровотечении:

6.8.1. Если пострадавший находится в сознании, необходимо усадить его со слегка наклоненной вперед головой и зажать ему нос в районе крыльев носа на 15-20 минут. При этом можно положить холод на переносицу. Если спустя указанное время кровотечение не остановилось, следует вызвать скорую медицинскую помощь, до приезда которой надо продолжать выполнять те же мероприятия.

6.8.2. Если пострадавший с носовым кровотечением находится без сознания, следует придать ему устойчивое боковое положение, контролируя проходимость дыхательных путей, вызвать скорую медицинскую помощь.

7. Первая помощь при травматическом шоке

7.1. При получении пострадавшим тяжелой травмы с сильным кровотечением наступает состояние травматического шока. Развитие травматического шока сопровождается тяжелыми нарушениями в работе всех систем организма, вплоть до смерти пострадавшего. Усугубляют тяжесть шока переохлаждение, выраженный

болевого синдрома.

7.2. Признаками травматического шока являются:

- наличие тяжелой травмы и сильного кровотечения;
- нарушения дыхания и кровообращения (учащенное дыхание и сердцебиение);
- бледная холодная влажная кожа;
- возбуждение, сменяющееся апатией.

7.3. Для предупреждения развития травматического шока необходимо выполнить следующие мероприятия:

- остановить кровотечение;
- придать пострадавшему оптимального положения тела;
- иммобилизовать травмированные конечности;
- защитить от переохлаждения (укутать подручными средствами или покрывалом спасательным изотермическим).

8. Последовательность подробного осмотра пострадавшего

8.1. Подробный осмотр производится с целью выявления травм различных областей тела и других состояний, требующих оказания первой помощи. Он более детальный, чем обзорный.

8.2. При проведении подробного осмотра необходимо обращать внимание на изменение цвета кожи и появление на ней каких-либо образований (пузырей, кровоподтеков, опухолей), наличие ранений, инородных тел, костных отломков, деформаций конечностей и т.п.

8.3. Подробный осмотр производится в следующей последовательности:

8.3.1. Вначале осматривается и аккуратно ощупывается голова (рисунок 49.1) для определения наличия повреждений, кровотечений, кровоподтеков.

8.3.2. Далее осматривается шея пострадавшего (рисунок 49.2) для выявления возможных деформаций, костных выступов, болезненных мест. Осматривать следует крайне осторожно и аккуратно.

8.3.3. Грудная клетка пострадавшего осматривается и ощупывается в следующей последовательности «передняя поверхность – задняя поверхность – боковые стороны» (рисунок 49.3). Без особой необходимости не следует поворачивать пострадавшего, чтобы осмотреть спину, достаточно аккуратно ощупать. В процессе осмотра грудной клетки можно обнаружить ранения ее различных отделов, деформацию.



Рисунок 49

8.3.4. После осмотра грудной клетки следует осмотреть живот и область таза (рисунок 49.4). Важно уделить внимание не только поиску открытых ран, но и наличию явно видимых кровоподтеков и ссадин как признаков возможной тупой травмы живота, внутренних органов и костей таза.

8.3.5. Последними осматриваются и ощупываются ноги (рисунок 49.5) и руки

(рисунок 49.6). При осмотре конечностей следует обратить внимание на их возможную деформацию как на один из признаков перелома костей.

8.4. Подробный осмотр следует проводить очень внимательно и осторожно, чтобы не причинить дополнительные страдания пострадавшему и не пропустить у него какой-либо тяжелой травмы.

9. Первая помощь при травмах

9.1. Травмы головы.

9.1.1. Травмы головы часто сопровождаются значительным кровотечением, нарушением функции головного мозга. Для черепно-мозговой травмы характерны бледность, общая слабость, сонливость, головная боль, головокружение и потеря сознания. Пострадавший может быть в сознании, но при этом не помнит обстоятельств травмы и событий, ей предшествующих. Более тяжелое повреждение мозга сопровождается длительной потерей сознания, параличами конечностей.

9.1.2. Первая помощь при травме головы будет заключаться в остановке кровотечения, вызове скорой медицинской помощи и контроле состояния пострадавшего.

9.1.3. Если пострадавший находится без сознания, следует придать ему устойчивое боковое положение, которое уменьшает вероятность западения языка и сводит к минимуму возможность попадания рвотных масс или крови в дыхательные пути.

9.1.4. При наличии раны и кровотечения надо выполнить прямое давление на рану, при необходимости – наложить повязку (рисунок 50).

9.1.5. Если у пострадавшего отмечаются признаки нарушения целостности костей черепа, необходимо обложить края раны бинтами и только после этого накладывать повязку. При нахождении в ране инородного предмета нужно зафиксировать его, обложив салфетками или бинтами, и наложить повязку. Извлекать инородный предмет запрещено.

9.1.6. Кровотечения при ранениях волосистой части головы, как правило, очень обильные, и не могут остановиться самостоятельно. Для остановки кровотечения из волосистой части головы необходимо выполнить прямое давление на рану и наложить давящую повязку.

9.1.7. При повреждениях глаз следует наложить повязку с использованием стерильного перевязочного материала из аптечки первой помощи. Повязка в любом случае накладывается на оба глаза, так как при оставлении здорового глаза открытым, он будет невольно следить за окружающим и приводить к движению пострадавшего глаза. Это может усугубить его повреждение.

9.1.8. Травы носа очень часто сопровождаются наружным кровотечением. Оказание первой помощи при носовом кровотечении осуществляется в соответствии с п. 6.8. настоящей инструкции. Самостоятельное вправление переломов носа недопустимо.

9.2. Травмы шеи.

9.2.1. Травмы шеи могут представлять непосредственную опасность для жизни в том случае, если имеется повреждение крупных сосудов, особенно сонных артерий, повреждение шейного отдела позвоночника.

9.2.2. Сразу после обнаружения артериального кровотечения произвести его остановку. Наиболее быстрым способом является пальцевое прижатие сонной артерии



Рисунок 50

между раной и сердцем (осуществляется в соответствии с п. 6.7.3. настоящей инструкции).

9.2.3. При затруднениях с определением места надавливания возможно использовать прямое давление на рану.

9.2.4. При наличии венозного кровотечения для его остановки используется давящая повязка.

9.2.5. При травме шейного отдела позвоночника с повреждением спинного мозга пострадавший может быть в сознании, но полностью или частично обездвижен. Вывихи и переломы шейных позвонков проявляются резкой болью в области шеи. Пострадавший может поддерживать голову руками, мышцы шеи будут напряжены.

9.2.6. При оказании первой помощи следует помнить, что смещение поврежденных шейных позвонков может привести к тяжелым последствиям, вплоть до остановки дыхания и кровообращения. Необходимо исключить дополнительную травму и возможность повреждения спинного мозга при извлечении и перемещении пострадавшего. Для этого необходимо вручную поддерживать голову в положении, ограничивающем движение, дожидаясь прибытия скорой медицинской помощи.

9.2.7. При экстренном извлечении пострадавшего необходимо использовать фиксацию шеи рукой (рисунок 51).

9.2.8. При перемещении пострадавшего необходимо фиксировать его голову и шею вручную предплечьями (рисунок 52).



Рисунок 51



Рисунок 52

9.2.9. В качестве подручных средств для фиксации шейного отдела позвоночника могут быть использованы элементы одежды (курка, свитер и т.п.), которые оборачивают вокруг шеи, предотвращая сдавление мягких тканей и органов шеи, но добиваясь того, чтобы края импровизированного воротника туго подпирали голову.

9.2.10. При наличии в оснащения табельными устройствами для фиксации шейного отдела позвоночника (шейные воротники, шейные шины) необходимо использовать их в соответствии с их инструкциями по применению. Подобные устройства накладываются вдвоем, при этом один из участников оказания первой помощи фиксирует голову и шею пострадавшего своими руками, помощник располагает заднюю часть воротника на задней поверхности шеи пострадавшего (рисунок 53). После этого загибает переднюю часть вперед и фиксирует (способ фиксации определяется конструкцией воротника) (рисунок 54).

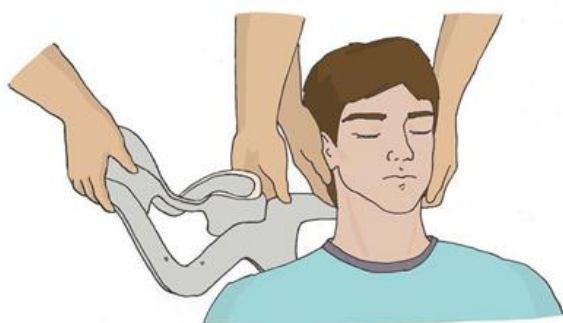


Рисунок 53



Рисунок 54

9.3. Травмы груди.

9.3.1. Травмы груди являются одними из наиболее тяжелых повреждений. В грудной клетке располагаются жизненно важные органы (сердце, легкие), крупные сосуды, повреждение которых может быть смертельно опасно. При повреждениях грудной клетки часто развиваются тяжелые осложнения (например, нарушения дыхания), которых можно избежать при своевременном оказании первой помощи.

9.3.2. При травмах груди часто отмечаются переломы и ушибы ребер, которые характеризуются припухлостью в месте перелома, резкой болью, усиливающейся при дыхании и изменении положения тела пострадавшего.

9.3.3. При переломах и ушибах ребер необходимо придать пострадавшему полусидячее положение и контролировать его состояние до прибытия скорой медицинской помощи (рисунок 55).

9.3.4. При ранениях груди нарушается ее герметичность, что, в свою очередь, признаками такого повреждения является наличие раны в области грудной клетки, через которую во время вдоха с характерным всасывающим звуком засасывается воздух, на выдохе кровь в ране может пузыриться. Дыхание у пострадавшего частое, поверхностное, кожа бледная с синюшным оттенком.

9.3.5. В этом случае следует осуществить первичную герметизацию раны ладонью, после чего наложить герметизирующую (окклюзионную) повязку. Для этого непосредственно на рану помещается воздухонепроницаемый материал (упаковка от перевязочного пакета или бинта, полиэтилен, клеенка).

После наложения воздухонепроницаемого материала его можно закрепить лейкопластырем и оставить незафиксированным уголок (рисунок 56). Оставленный свободный уголок выполняет функцию клапана – не дает воздуху поступать в грудную клетку и позволяет снизить избыточное давление в ней.

9.3.6. Другим доступным способом является закрепление воздухонепроницаемого материала бинтом (рисунок 57).

9.3.7. Такому пострадавшему также следует придать полусидячее положение с



Рисунок 55



Рисунок 56

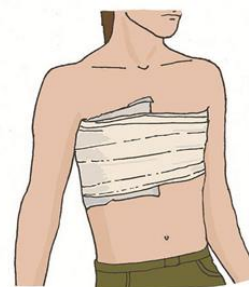


Рисунок 57

наклоном в пораженную сторону (рисунок 55).

9.3.8. При обнаружении инородного тела в ране грудной клетки (осколка стекла, металла, ножа и т.д.) ни в коем случае не следует вынимать его из раны. Необходимо обложить инородный предмет салфетками или бинтами, наложив поверх них давящую повязку для остановки кровотечения.

9.4. Травмы живота и таза.

9.4.1. Травмы живота могут быть закрытыми (без ранения брюшной стенки) и открытыми (при наличии раны на животе). Закрытая травма живота может оставаться незамеченной, пока внутреннее кровотечение не вызовет резкого ухудшения состояния. Открытая травма живота может сопровождаться выпадением внутренних органов и кровотечением.

9.4.2. При открытой травме живота необходимо остановить кровотечение (прямым давлением на рану, наложением давящей повязки), вызвать скорую медицинскую помощь и контролировать состояние пострадавшего до ее прибытия.

9.4.3. Травмы таза часто сочетаются с повреждениями живота. Признаками травмы таза могут быть боли внизу живота, кровоподтеки и ссадины в этой области.

Первая помощь при травмах таза заключается в придании пострадавшему положения на спине с валиком под полусогнутыми разведенными ногами и контроле его состояния до прибытия бригады скорой медицинской помощи (рисунок 58).



Рисунок 58

9.4.4. При закрытых травмах живота повреждения его передней стенки могут быть малозаметными. При этом пострадавшие могут жаловаться на постоянную острую боль по всему животу, сухость во рту, тошноту и рвоту. Могут отмечаться признаки кровопотери: резкая общая слабость, чувство жажды, головокружение, мелькание «мушек» перед глазами, обморок (чаще при попытке встать), бледная, влажная и холодная кожа, учащённое дыхание и сердцебиение.

Первая помощь при закрытой травме живота с признаками кровопотери – вызвать скорую медицинскую помощь, положить холод на живот, пострадавшему придать положение на спине с валиком под полусогнутыми разведенными в стороны ногами, контролировать его состояние (рисунок 58).

9.4.5. При повреждении живота запрещается вправлять в рану выпавшие внутренние органы, туго прибинтовывать их, извлекать из раны инородный предмет, давать обезболивающие препараты, поить и кормить пострадавшего. Выпавшие внутренние органы необходимо закрыть стерильными салфетками (желательно, смоченными водой) или чистой тканью. При нахождении в ране инородного предмета – зафиксировать его, обложив салфетками или бинтами, и наложить повязку для остановки кровотечения.

9.5. Травмы конечностей.

9.5.1. Травмы конечностей часто сопровождаются повреждением кровеносных сосудов, поэтому важно своевременно остановить обнаруженное кровотечение. Для этого применяются все способы, указанные в п.6.6 настоящей инструкции.

9.5.2. При наличии подозрения на травму костей, человеку, оказывающему первую помощь, следует придерживать травмированную конечность вручную и контролировать состояние пострадавшего до приезда скорой помощи.

9.5.3. Если предполагается транспортировка пострадавшего (или его переноска на дальнейшее расстояние), следует выполнить иммобилизацию поврежденной конечности. При этом следует фиксировать минимум два сустава (один ниже, другой выше

перелома). При переломе плеча и бедра надо фиксировать три сустава – плечевой, локтевой, лучезапястный или тазобедренный, коленный, голеностопный соответственно.

9.5.4. Наиболее доступным, безопасным и эффективным для большинства участников оказания первой помощи способом иммобилизации при травме конечностей является так называемая аутоиммобилизация. Для этого поврежденную ногу можно прибинтовать к здоровой ноге, проложив между ними мягкий материал (рисунок 59). Поврежденную руку можно зафиксировать, прибинтовав к туловищу (рисунок 60). На область предполагаемой травмы можно положить холод.



Рисунок 59



Рисунок 60

9.5.5. Иммобилизация может осуществляться с помощью импровизированных шин (доски, куски плотного картона или пластмассы и т.п.). Накладывать их нужно поверх одежды и обуви пострадавшего, без исправления положения конечности, также фиксируя два или три сустава (в зависимости от места перелома). Перед наложением импровизированную шину необходимо обмотать бинтом или обернуть тканью или одеждой. Использовать импровизированные шины рекомендуется ограниченно, поскольку фиксация с их помощью может быть затруднена, неудобна и небезопасна.

9.5.6. Табельные шины входят в ограниченное количество аптечек и упаковок, предназначенных для профессиональных континентов. Они бывают различных конструкций, перед их использованием необходимо ознакомиться с инструкцией производителя.

9.6. Травмы позвоночника.

9.6.1. Повреждение позвоночника – серьезный вид травм. Вывихи и переломы грудных и поясничных позвонков сопровождаются болями в области поврежденного позвонка. При повреждении спинного мозга могут быть нарушения чувствительности и движений в конечностях (параличи).

9.6.2. При оказании первой помощи необходимо уменьшить подвижность позвоночника. Для этого, например, после извлечения или при перемещении пострадавший должен находиться на ровной, жесткой, горизонтальной поверхности (рисунок 61).



Рисунок 61

9.6.3. Перемещение или перекладывание пострадавшего следует осуществлять с помощью нескольких человек (рисунок 13), особое внимание следует уделить фиксации шейного отдела позвоночника (рисунок 14).

9.6.4. При отсутствии дыхания или кровообращения необходимо приступить к СЛР.

10. Оказание первой помощи при прочих состояниях

10.1. Виды ожогов, их признаки. Оказание первой помощи.

10.1.1. Ожоги могут возникать под прямым воздействием на кожу пламени, пара, от горячего предмета (термические ожоги); кислот, щелочей и других агрессивных веществ (химические ожоги); электричества (электроожоги), излучения (радиационные ожоги, например, солнечные).

10.1.2. Оказание помощи при различных видах ожогов практически одинаково.

10.1.3. Для оказания первой помощи ожоги разделяют на поверхностные и глубокие.

– Признаками поверхностного ожога являются покраснение и отек кожи в месте воздействия поражающего агента, а также появление пузырей, заполненных прозрачной жидкостью.

– Глубокие ожоги проявляются появлением пузырей, заполненных кровянистым содержимым, которые могут быть частично разрушены, кожа может обугливаться и становиться нечувствительной к боли. Часто при ожогах сочетаются глубокие и поверхностные поражения.

10.1.4. Тяжесть состояния пострадавшего зависит не только от глубины повреждения, но и от площади ожоговой поверхности. Площадь ожога можно определить «методом ладони» (площадь ладони примерно равна 1% площади поверхности тела) или «методом девяток» (при этом площадь тела делится на участки, размеры которых кратны 9% площади тела – голова и шея 9%, грудь 9%, живот 9%, правая и левая рука по 9%; правая и левая нога по 18%, спина 18%, оставшийся 1% – область промежности). При определении площади ожога можно комбинировать эти способы.

Опасными для жизни пострадавшего являются поверхностные ожоги площадью более 15% и глубокие ожоги площадью более 5% площади тела.

10.1.5. Для оказания первой помощи при ожогах необходимо прекратить действия повреждающего агента (тушение огня, удаление химических веществ, прекращение действия электрического тока на организм), охладить обожженную часть тела под струей холодной воды в течение 20 минут (при отсутствии воды можно заменить приложением холода поверх повязки или ткани). При термическом ожоге немедленное охлаждение ослабляет боль, снижает отечность, уменьшает площадь и глубину ожогов.

10.1.6. При химическом ожоге необходимо смыть вещество с поверхности кожи струей проточной воды. Учитывая то, что часто химическая структура повреждающего вещества неизвестна и нейтрализующие растворы отсутствуют или на их приготовление требуется много времени, ограничиваются промыванием кожи проточной водой в течение 20 минут. При этом химическое вещество полностью смывается с кожи, и нейтрализовать его нет необходимости.

10.1.7. Ожоговую поверхность следует закрыть нетугой повязкой, дать пострадавшему теплое питье. Обязательно следует вызвать скорую медицинскую помощь.

10.1.8. Запрещается вскрывать ожоговые пузыри, убирать с пораженной поверхности части обгоревшей одежды, наносить на пораженные участки мази, жиры.

10.1.9. Заподозрить наличие ожога верхних дыхательных путей у пострадавшего можно, если он находился в горящем помещении. Проявляется это состояние одышкой, кашлем. При этом могут отмечаться закопченность и ожоги лица, обгоревшие усы и борода. Первая помощь будет заключаться в скорейшем выносе пострадавшего на свежий воздух, придании ему оптимального положения (полусидя) и вызове скорой медицинской помощи.

10.2. Перегревание, факторы, способствующие его развитию. Оказание первой

помощи.

10.2.1. Перегревание (тепловой удар) развивается обычно при нарушениях теплоотдачи организма вследствие длительного нахождения человека в условиях повышенной температуры окружающего воздуха (особенно в сочетании с высокой влажностью), например, в автомобиле или жарком помещении; при работе в защитном снаряжении, затрудняющем теплоотдачу, и т.п.

10.2.2. Признаками перегревания являются повышенная температура тела, головная боль, тошнота и рвота, головокружение, слабость, потеря сознания, судороги, учащённое сердцебиение, учащённое поверхностное дыхание. В тяжелых случаях возможна остановка дыхания и кровообращения.

10.2.3. При возникновении признаков перегревания, пострадавшего необходимо переместить в прохладное место, при наличии сознания дать выпить охлаждённой воды, расстегнуть или снять одежду. Пострадавшему без сознания следует придать устойчивое боковое положение (рисунок 62).



Рисунок 62

10.2.4. Не следует допускать резкого охлаждения тела пострадавшего (например, помещать в ванну с холодной водой). До приезда скорой медицинской помощи нужно контролировать состояние пострадавшего, быть готовым к началу СЛР.

10.3. Основные проявления переохлаждения (гипотермии), отморожения, оказание первой помощи.

10.3.1. Переохлаждение развивается на фоне нарушений терморегуляции, вызванных длительным нахождением на холоде во влажной одежде и обуви или в одежде, несоответствующей температурному режиму.

10.3.2. Признаками переохлаждения пострадавшего являются жалобы на ощущение холода, дрожь, озноб (в начальной стадии переохлаждения). В дальнейшем появляется заторможенность, утрачивается воля к спасению, появляется урежение пульса и дыхания, при продолжающемся переохлаждении сознание утрачивается, пульс замедляется до 30-40 в минуту, а число дыханий до 3-6 раз в минуту. Переохлаждение может сочетаться с отморожениями.

10.3.3. При оказании первой помощи, следует поменять одежду пострадавшего на теплую и сухую, укутать его подручными средствами (например, одеялом), переместить в более теплое помещение, дать тёплое питье (если он находится в сознании). В помещении можно осуществить согревание в виде теплых воздушных ванн (направить на пострадавшего поток теплого воздуха).

10.3.4. При наличии спасательного изотермического покрывала (входит в состав аптечки для оказания первой помощи работникам), необходимо укутать им пострадавшего серебристой стороной внутрь, оставив свободным лицо (рисунок 63).

10.3.5. При выраженном переохлаждении необходимо контролировать состояние, быть готовым к проведению СЛР.



Рисунок 63

10.3.6. Признаки отморожения – потеря чувствительности кожи, появление на ней белых, безболезненных участков. При выраженном отморожении возможно появление «деревянного звука» при постукивании пальцем по поврежденной конечности,

невозможность или затруднение движений в суставах. Через некоторое время после согревания на пораженной конечности появляются боль, отек, краснота с синюшным оттенком, пузыри.

10.3.7. Первая помощь при отморожении – незамедлительно укрыть поврежденные конечности и участки тела теплоизолирующим материалом (вата, одеяло, одежда) или наложить теплоизолирующую повязку (с помощью подручных средств), т.к. согревание должно происходить «изнутри» с одновременным восстановлением кровообращения. Необходимо создать обездвиженность поврежденного участка тела, переместить пострадавшего в теплое помещение, дать теплое питье. Пораженные участки нельзя активно согревать (опускать в горячую воду), растирать, массировать, смазывать чем-либо.

10.4. Отравления, пути попадания ядов в организм. Оказание первой помощи.

10.4.1. Токсическое вещество может попасть в организм человека четырьмя путями.

– Через пищеварительный тракт. Отравление через пищеварительный тракт чаще всего происходит при попадании токсических веществ в организм через рот. Это могут быть топливо, лекарственные препараты, моющие средства, пестициды, грибы, растения и т.д.

– Через дыхательные пути. Газообразные токсические вещества попадают в организм при вдохе. К ним относятся газы и пары, например, угарный газ, хлор. Использование различных видов клея, красителей, растворителей, очистителей в определенных условиях также может приводить к отравлениям через дыхательные пути.

– Через кожу и слизистые оболочки. Токсические вещества, проникающие через кожный покров, могут содержаться в некоторых растениях, растворителях и средствах от насекомых.

– В результате инъекции. Инъецируемые токсические вещества попадают в организм при укусе или ужалении насекомыми, животными и змеями, а также при введении яда, лекарства или наркотиков шприцем.

10.4.2. Основные проявления отравлений:

– особенности места происшествия – необычный запах, открытые или опрокинутые емкости с химическими веществами, открытая аптечка с рассыпанными таблетками, поврежденное растение, шприцы и т.д.;

– общее болезненное состояние или вид пострадавшего, признаки и симптомы внезапного приступа заболевания;

– внезапно резвившиеся тошнота, рвота, понос, боли в груди или животе;

– затруднение дыхания, потливость, слюнотечение;

– потеря сознания, мышечные подергивания и судороги, ожоги вокруг губ, на языке или на коже, неестественный цвет кожи, раздражение, ранки на ней;

– странная манера поведения человека, необычный запах изо рта.

10.4.3. Общие принципы оказания первой помощи при отравлении.

– Прекратить поступление яда в организм пострадавшего (например, удалить из загазованной зоны).

– Опросить пострадавшего и попытаться выяснить, какой вид отравляющего вещества был принят, в каком количестве и как давно. Выяснение этих вопросов может облегчить оказание первой помощи, диагностику и интенсивную терапию отравления квалифицированными специалистами в дальнейшем. Если ядовитое вещество

неизвестно, собрать небольшое количество рвотных масс для последующей медицинской экспертизы.

- Попытаться удалить яд (спровоцировать рвоту, стереть или смыть токсическое вещество с кожи и т.д.).

- Оценить состояние пострадавшего и оказать первую помощь в зависимости от его тяжести.

10.4.4. При отравлении через рот – попытаться удалить ядовитое вещество. Для этого можно рекомендовать пострадавшему вызвать рвоту, выпив большое количество воды (5-6 стаканов) и надавив двумя пальцами на корень языка. Следует вызвать рвоту как можно в более короткий срок после приема вещества, способного вызвать отравление.

Рвоту нельзя вызывать, если пострадавший находится без сознания. После рвоты необходимо посоветовать пострадавшему выпить еще 5-6 стаканов воды, чтобы уменьшить концентрацию ядовитого вещества в желудке и, при необходимости, вызвать рвоту повторно. До прибытия скорой медицинской помощи необходимо контролировать состояние пострадавшего.

10.4.5. При отравлении через дыхательные пути – убедиться, что место происшествия не представляет опасности, при необходимости следует использовать средства индивидуальной защиты. Надо изолировать пострадавшего от воздействия газа или паров, для этого нужно вынести (вывести) пострадавшего на свежий воздух.

10.4.6. При отсутствии сознания необходимо придать пострадавшему устойчивое боковое положение, а при отсутствии дыхания необходимо приступить к проведению СЛР, при этом следует использовать маску с односторонним клапаном или устройство для искусственного дыхания.

10.4.7. При отравлении через кожу – снять загрязненную одежду, удалить яд с поверхности кожи промыванием водой, при наличии повреждений кожи – наложить повязку.

12. Порядок оказания первой помощи при неотложных состояниях, вызванных заболеваниями (острые нарушения сознания, дыхания, кровообращения, судорожный синдром).

12.1. Острые нарушения сознания могут развиваться в результате целого ряда причин – отравления, травмы, ухудшения течения хронических заболеваний (например, сахарного диабета), инфекционных болезней, нарушений мозгового кровообращения. Возможна кратковременная потеря сознания (обморок, продолжительность не более нескольких минут) и кома – более длительная потеря сознания, как правило, сопровождающаяся серьезными нарушениями дыхания и кровообращения. В любом случае, потеря сознания – это отсутствие реакции пострадавшего на внешние раздражители – вопросы, прикосновения; при этом у пострадавшего сохраняются признаки жизни (дыхание и пульс).

Оказание первой помощи:

- При потере сознания необходимо убедиться в наличии признаков жизни пострадавшего (дыхания и кровообращения).

- При наличии признаков жизни следует придать пострадавшему устойчивое (стабильное) боковое положение.

- Контролировать состояние пострадавшего до прибытия бригады скорой медицинской помощи.

12.2. Острый сердечный приступ (приступ стенокардии, инфаркт миокарда) может возникнуть у пострадавшего вследствие обострения заболеваний сердечно-сосудистой системы, спровоцированных дорожно-транспортным происшествием или внезапно. Характерна типичная боль: загрудинная, постоянная, сжимающая, усиливающаяся с течением времени, может отдавать в левую руку, под левую лопатку, нижнюю челюсть; ощущение нехватки воздуха, чувство страха смерти. Кожа у больного может быть влажная, бледная, холодная.

Оказание первой помощи:

- Обеспечить больному физический и психоэмоциональный покой.
- Рекомендовать больному принять назначенные ему врачом препараты.
- Контролировать состояние пострадавшего до прибытия бригады скорой медицинской помощи.

12.3. Острое нарушение мозгового кровообращения (инсульт), как правило, развивается у людей с хроническими заболеваниями сердечнососудистой системы. Признаками инсульта являются нарушения двигательной активности (параличи), нарушения чувствительности, нарушения речи, внезапная потеря сознания.

Оказание первой помощи:

- При наличии сознания – вызвать скорую медицинскую помощь и контролировать состояние пострадавшего до её приезда.
- При отсутствии сознания - восстановить проходимость дыхательных путей, определить наличие признаков жизни у пострадавшего.
- При наличии признаков жизни – придать пострадавшему устойчивое боковое положение.
- При отсутствии признаков жизни приступить к выполнению СЛР.

12.4. Острые дыхательные нарушения развиваются в результате отравления летучими ядами, ожога дыхательных путей, отравления продуктами горения, сердечной патологии и т.д. При этом пострадавший жалуется на одышку (учащённое дыхание) до 40 в минуту (в норме частота дыхательных движений у взрослого человека составляет 12 - 20 в мин.), у него отмечаются синюшный цвет лица, шумное булькающее или свистящее дыхание, пенистые выделения изо рта (в тяжёлых случаях); больной часто вынужден принимать полусидячее положение.

Оказание первой помощи:

- Придать больному полусидячее положение.
- Обеспечить доступ свежего воздуха.
- Контролировать состояние пострадавшего до приезда скорой медицинской помощи.

12.5. Эпилептический припадок. Причиной развития судорог в большинстве случаев является наличие у пострадавшего эпилепсии – хронического заболевания, проявляющегося периодическими судорожными припадками. Наиболее опасен для больного так называемый большой судорожный припадок – состояние, при котором на фоне потери сознания развиваются интенсивные судорожные сокращения всех мышц тела.

Оказание первой помощи:

- Убрать от пострадавшего предметы, которые могут причинить ему вред во время судорог (хрупкие и бьющиеся, металлические и т.п.).
- Стараться оберегать голову, конечности и туловище от травм (под голову можно подложить свернутую одежду).

– Контролировать состояние больного до прибытия скорой медицинской помощи.

12.6. Типичные ошибки при оказании первой помощи:

- попытка введения в рот больного каких-либо предметов;
- отсутствие попыток для защиты пострадавшего от травм во время судорог;
- отсутствие контроля состояния, пострадавшего до прибытия скорой медицинской помощи.

13. Оптимальные положения тела, пострадавшего с различными видами травм

13.1. После оказания помощи и устранения опасности для жизни пострадавшего до прибытия скорой медицинской помощи ему следует придать оптимальное положение тела, обеспечивающее комфорт, уменьшающее степень страданий и не усугубляющее нарушения жизненно важных функций. Оптимальное положение определяется характером повреждений у пострадавшего и удобством для него.

13.2. Пострадавшему с травмой груди предпочтительно расположиться в полусидячем положении с наклоном туловища на пораженную сторону груди (рисунок 64). Для этого пострадавшего можно опереть о стену, автомобиль и т.д.

13.3. Пострадавшему с подозрением на травму живота и таза лучше находиться в положении лежа на спине с полусогнутыми и разведенными ногами. Под колени подкладывается импровизированная опора – сумка, свернутая одежда (рисунок 65).

13.4. Пострадавшему с травмами конечностей придается удобное положение, при котором он испытывает меньше страданий от имеющихся повреждений.

13.5. Пострадавшему без сознания необходимо придать устойчивое боковое положение (рисунок 66).

13.6. Пострадавший с сильным наружным кровотечением или признаками кровопотери должен находиться в положении лежа на спине с приподнятыми ногами, под которые подкладываются сумки или одежда (рисунок 67).

13.7. Пострадавший с подозрением на травму позвоночника должен располагаться на твердой ровной поверхности (рисунок 68).

13.8. Пострадавших с тяжелыми травмами желательно укутать подручными средствами – одеждой, одеялом и т.д. При наличии спасательного изотермического покрывала (входит в состав аптечки для оказания первой помощи работникам), необходимо укутать им пострадавшего серебристой стороной внутрь, оставив свободным лицо (рисунок 63).



Рисунок 64



Рисунок 65



Рисунок 66



67



Рисунок 68

Рисунок

13.9. До прибытия скорой медицинской помощи необходимо контролировать

состояние пострадавшего и оказывать ему психологическую поддержку. Самым простым способом контроля состояния, пострадавшего является диалог. В ходе общения с пострадавшим можно выяснить его жалобы. У пострадавших в бессознательном состоянии следует периодически проверять признаки дыхания. Обязательно выполнение периодического внешнего осмотра на предмет начавшегося или возобновившегося кровотечения и контроля наложенных повязок или жгутов. Кроме того, следует осуществлять наблюдение за окружающей обстановкой для своевременного устранения возможных опасностей.

14. Психологическая поддержка.

14.1. Знание и понимание того, что происходит с человеком, как ему помочь и как помочь себе способствуют формированию психологической устойчивости.

14.2. Психологическая поддержка может быть направлена:

- на другого – помощь человеку, попавшему в беду;
- на результат – урегулирование ситуации, предотвращение возникновения сходных реакций у других людей;
- на себя – снятие собственной тревоги, связанной с тем как поступить, как вести себя в ситуации, когда другой нуждается в психологической поддержке.

14.3. Для оказания психологической поддержки людям необходимо знать следующее:

14.3.1. Психическое состояние и поведение человека в экстремальной ситуации отличается от повседневного.

Чаще всего отмечается частичная или полная утрата:

- способности к целенаправленной деятельности (какие действия необходимы в данной ситуации, их планирование);
- способности к критической оценке окружающего и своего поведения (оценке собственной безопасности, степени угрозы, своих возможностей);
- способности вступать в контакт с окружающими (отстранение от контакта, замкнутость, либо наоборот, повышенная говорливость, которая на самом деле не имеет под собой задачу войти в контакт с другим человеком).

14.3.2. Ключевые моменты, которые надо учитывать при оказании психологической поддержки.

Стремление помочь – это естественное желание любого человека. Вовремя протянутая рука может помочь человеку справиться с самыми страшными событиями в жизни. Но необходимо помнить о следующем:

- Позаботьтесь о собственной безопасности. Реально оцените внешние условия, свое состояние и силы, перед тем как принять решение, что вы готовы помочь.
- Пострадавший может в первую очередь нуждаться в оказании первой помощи и медицинской помощи. Необходимо убедиться, что у человека нет физических травм, проблем со здоровьем, и только тогда оказывать психологическую поддержку.
- Если вы чувствуете, что не готовы оказать человеку помощь, вам страшно, неприятно разговаривать с ним, не делайте этого.
- Если вы решили подойти к человеку, который нуждается в помощи, вам необходимо в первую очередь представиться и сказать, что вы готовы ему помочь.
- Необходимо внимательно относиться к тому, что и как вы собираетесь сказать:

- ✓ говорить нужно спокойным и уверенным голосом, четкими и короткими фразами, в побудительном наклонении;
- ✓ в речи не должно быть сложно построенных фраз, предложений;
- ✓ следует избегать в речи частицу «не», а также исключить такие слова как «паника», «катастрофа», «ужас» и т.п.

– Сохраняйте самообладание. Будьте готовы к тому, что вы можете столкнуться с различными эмоциональными реакциями и поступками. Они могут быстро сменять друг друга, а некоторые слова и действия могут быть направлены на вас. Кроме этого, многие реакции могут характеризоваться эмоциональным заражением. А значит, под их влиянием можете оказаться и вы. В данном случае особенно важно сохранять спокойствие.

14.3.3. Приемы оказания психологической поддержки в случае проявления реакции у пострадавшего:

Вид реакции пострадавшего	Прием оказания психологической поддержки
<p style="text-align: center;"><u>Плач</u></p> <p><i>Признаки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – человек уже плачет или готов разрыдаться; – подрагивают губы; – наблюдается ощущение подавленности. <p>Плач – это та реакция, которая позволяет в сложной кризисной ситуации выразить переполняющие человека эмоции.</p> <p>Нужно дать этой реакции состояться.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – По возможности не оставляйте пострадавшего одного, необходимо позаботиться о том, чтобы рядом с ним кто-то находился, желательно близкий или знакомый человек. – Поддерживайте физический контакт с пострадавшим (это поможет человеку почувствовать, что кто-то рядом, что он не один). Постарайтесь выразить человеку свою поддержку и сочувствие. Не обязательно делать это словами, можно просто сесть рядом, дать почувствовать, что вы вместе с ним сочувствуете и сопереживаете. Можно просто держать человека за руку. – Дайте пострадавшему возможность говорить о своих чувствах. – Воздержитесь от советов, во многих случаях они могут вызвать негативную реакцию со стороны пострадавшего. – Если реакция плача затянулась, и слезы уже не приносят облегчения, помогите пострадавшему немного отвлечься: сконцентрировать внимание на глубоком и ровном дыхании, вместе с этим выполнять какую-либо несложную деятельность.
<p style="text-align: center;"><u>Истероидная реакция (истерика)</u></p> <p><i>Признаки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – чрезмерное возбуждение; – множество движений, театральные позы; – эмоционально насыщенная, быстрая речь; – крики, рыдания. 	<p>Если вы чувствуете готовность к оказанию помощи и понимаете, что это безопасно, постарайтесь отвести пострадавшего от зрителей и замкнуть его внимание на себе.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Если зрителей удалить невозможно, постарайтесь стать самым внимательным слушателем, оказывайте человеку поддержку, слушайте, кивайте, поддакивайте. – Проявляйте спокойствие и не демонстрируйте пострадавшему сильных эмоций. – Говорите короткими простыми фразами, уверенным тоном. – Не потакайте желаниям пострадавшего и не вступайте в активный диалог по поводу его высказываний. – Переключите внимание пострадавшего, вызвав у

Вид реакции пострадавшего	Прием оказания психологической поддержки
	<p>него ориентировочную реакцию. Для этого задается неожиданный вопрос (не имеющий негативного содержания) или произносится имя пострадавшего, после чего пострадавшему задается вопрос, требующий развернутого ответа.</p> <ul style="list-style-type: none"> – После истерики возможен упадок сил, поэтому необходимо предоставить человеку возможность для отдыха, передав его специалистам, либо близким людям.
<p><u>Агрессивная реакция</u> <i>Признаки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – возбуждение; – раздражение, недовольство, гнев (по любому, даже незначительному поводу); – повышенное мышечное напряжение; – нанесение окружающим ударов руками или какими-либо предметами; – словесные оскорбления, брань. 	<ul style="list-style-type: none"> – Четко оцените, насколько безопасно для вас будет оказывать помощь в данной ситуации, и что вы можете сделать для обеспечения большей безопасности. – Сохраняйте спокойствие, не демонстрируйте сильных эмоций. – Воздержитесь от эмоциональных реакций даже в том случае, если вы слышите оскорбления и брань, обращенные к вам. – Говорите с пострадавшим спокойным голосом, постепенно снижая темп и громкость своей речи. – Демонстрируйте благожелательность, не вступайте с пострадавшим в споры и не противоречьте ему. – Если вы чувствуете внутреннюю готовность и понимаете, что это необходимо, отойдите с пострадавшим от окружающих и дайте ему возможность выговориться. – Включите пострадавшего в какую-нибудь деятельность, связанную с физической нагрузкой.
<p><u>Страх</u> <i>Признаки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – напряжение мышц (особенно лицевых); – сильное сердцебиение; – учащенное поверхностное дыхание; – сниженный контроль собственного поведения. <p>Страх – это проявление базового инстинкта самосохранения. Он оберегает нас от рискованных, опасных поступков. Переживание чувства страха знакомо каждому человеку.</p> <p>Иногда страх может перерасти в панику. Панический страх, ужас может побудить к бегству, вызвать оцепенение, агрессивное поведение. При этом он плохо контролирует</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Необходимо быть рядом с человеком, дать ему ощущение безопасности: страх тяжело переносить в одиночестве. – Если страх настолько силен, что парализует человека, то предложите ему выполнить несколько простых приемов. Например, задержать дыхание, а затем сосредоточиться на спокойном медленном дыхании; осуществить простое интеллектуальное действие (этот прием основан на том, что страх – эмоция, а любая эмоция становится слабее, если включается мыслительная деятельность). – Когда острота страха начинает спадать, говорите с человеком о том, чего именно он боится, не нагнетая эмоции, а наоборот, давая возможность человеку выговориться (когда человек «проговаривает» свой страх, он становится не таким сильным). – При необходимости предоставьте человеку информацию о том, что происходит вокруг, о ходе работ, если вам кажется, что сказанная информация будет полезна для человека и поможет улучшить его состояние (информационный голод провоцирует усиление страха).

Вид реакции пострадавшего	Прием оказания психологической поддержки
<p>свои действия и не осознает происходящее вокруг, что уже опасно для самого пострадавшего и окружающих его людей. Велика вероятность эмоционального заражения паникой.</p>	
<p style="text-align: center;"><u>Апатия</u></p> <p><i>Признаки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – непреодолимая усталость, когда любое движение, любое сказанное слово дается с трудом; – равнодушие к происходящему; – отсутствие, каких бы то ни было, эмоциональных проявлений; – заторможенность; – снижение темпа речи или полное ее отсутствие. 	<ul style="list-style-type: none"> – Создайте для пострадавшего условия, в которых он мог бы отдохнуть и набраться сил, чувствовал себя в безопасности (например, проводите его к месту отдыха, по возможности помогите ему удобно устроиться). – Если это по каким-то причинам невозможно, то необходимо помочь человеку мягко выйти из этого состояния. Для этого можно предложить ему самомассаж (или помочь ему в этом) активных биологических зон – мочек ушей и пальцев рук. – Говорите с пострадавшим мягко, медленно, спокойным голосом, постепенно повышая громкость и скорость речи. – Постепенно задавайте пострадавшему вопросы, на которые он может ответить развернуто. – Предложите пострадавшему какую-либо незначительную физическую нагрузку (пройтись пешком, сделать несколько простых физических упражнений) или вовлеките его в посильную для него совместную деятельность (например, оказать посильную помощь другим пострадавшим: принести чай или воду и т.д.).

14.4. Способы самопомощи в экстремальных ситуациях:

14.4.1. Если вы оказались в ситуации, когда вас одолевают сильные чувства (душевная боль, злость, гнев, чувство вины, страх, тревога) – очень важно создать себе условия для того, чтобы быстро «выпустить пар». Это поможет немного снизить напряжение и сохранить душевные силы, которые так нужны в экстренной ситуации.

14.4.2. Можно попробовать один из универсальных способов:

- займитесь физическим трудом;
- дайте волю слезам, поделитесь своими переживаниями с людьми, которым вы можете доверять;
- можно попробовать дыхательные упражнения, например, сделайте глубокий вдох, задержите дыхание на 1-2 секунды, выдохните, повторите упражнение 2 раза, потом сделайте 2 нормальных (неглубоких) медленных вдоха-выдоха;
- чередуйте глубокое и нормальное дыхание до тех пор, пока не почувствуете себя лучше;
- умственные операции тоже помогают снизить уровень эмоционального напряжения. Можно считать, например, поочередно в уме отнимать от 100 то 6, то 7, перемножать двузначные числа, и т.д.;
- умойтесь холодной водой, помассируйте мочки ушей и пальцы рук.

14.5. Оказание психологической поддержки пострадавшим – важная часть оказания первой помощи. Знания и умения в этой области позволяют оказывающему помощь создать максимально возможную психологически безопасную обстановку, что

значительно повышает общую безопасность и эффективность мероприятий первой помощи.

15. Принципы передачи пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи

15.1. Передача пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи осуществляется в любой момент по их прибытии, как правило, после устного распоряжения сотрудника прибывшей бригады.

15.2. При передаче пострадавшего желательно сообщить медицинским работникам информацию о происшествии, выявленных травмах, оказанной первой помощи и ответить на их вопросы, оказывать содействие, например, помогать в переноске пострадавших.



Приложение 12. Требования охраны труда при использовании копировальной техники, бытовых приборов

1. При работе на копировально-множительных аппаратах:
 - 1.1. Во избежание поражения электротоком при устранении блокировки бумаги и мелком ремонте отключить аппарат от сети.
 - 1.2. Не устанавливать детали с других копировальных машин.
 - 1.3. Отключить аппарат от сети при длительном простое.
 - 1.4. Не допускать воздействия огня на тонер-картридж.
 - 1.5. Не перемещать копировально-множительный аппарат во время печати.
 - 1.6. Не открывать дверцы во время печати.
 - 1.7. Всегда закрывать крышку копировального аппарата во время работы.
2. При использовании бытовых электроприборов (холодильник, чайник, микроволновая печь) на работника могут воздействовать следующие вредные и опасные производственные факторы:
 - 2.1. Опасность поражения электрическим током.
 - 2.2. Термические ожоги горячими жидкостями, горячими поверхностями нагревательных элементов.
3. При эксплуатации бытовых электроприборов следует соблюдать общие правила безопасности:
 - 3.1. Использовать прибор согласно заводской инструкции.
 - 3.2. Не использовать прибор в помещениях, где в воздухе могут содержаться пары легковоспламеняющихся веществ.
 - 3.3. Использовать приспособления, входящие в комплект устройства.
 - 3.4. Чтобы предотвратить риск пожара или удара током, избегать попадания в устройство воды и эксплуатации устройства в условиях высокой влажности.
 - 3.5. Никогда самостоятельно не вскрывать устройство – это может стать причиной поражения электрическим током, привести к выходу устройства из строя.
 - 3.6. Для электропитания устройства использовать электросеть с надлежащими характеристиками.
 - 3.7. Не подвергать устройство воздействию прямых солнечных лучей, низких и высоких температур.
 - 3.8. Перед включением бытовых электроприборов необходимо:
 - 3.8.1. Проверить исправность необходимых для работы защитных и предохранительных средств.
 - 3.8.2. Проверить комплектность и исправность электроприборов, питающего провода (кабеля), надежность изоляции токоведущих частей.
 - 3.9. Обо всех неисправностях и нарушениях, обнаруженных перед использованием электроприборов, сообщить непосредственному руководителю, до их устранения эксплуатация электроприборов запрещается.
 - 3.10. Во время работ необходимо соблюдать требования безопасности, изложенные в эксплуатационной документации завода-изготовителя, следить за исправностью питающего кабеля, включать и выключать оборудование сухими руками.

Приложение 13. Общие вопросы по электробезопасности

1. Понятие об электробезопасности. Электротравмы.

1.1. Понятие об электробезопасности

Электробезопасность - система организационных и технических мероприятий и средств, обеспечивающих защиту людей от вредного и опасного воздействия электрического тока, электрической дуги, электромагнитного поля и статического электричества.

Требования электробезопасности при воздействии электрических полей промышленной частоты

Электробезопасность должна обеспечиваться:

- конструкцией электроустановок;
- техническими способами и средствами защиты;
- организационными и техническими мероприятиями.

Электроустановки и их части должны быть выполнены таким образом, чтобы работающие не подвергались опасным и вредным воздействиям электрического тока и электромагнитных полей, и соответствовать требованиям электробезопасности.

1.2. Электрические травмы, их виды. Факторы, определяющие исход поражения электрическим током

1.2.1. Электрические травмы, их виды

Электротравма: травма, вызванная воздействием электрического тока или электрической дуги.

Электрический ток, проходя через живой организм, производит:

- термическое (тепловое) действие, которое выражается в ожогах отдельных участков тела, нагреве кровеносных сосудов, крови, нервных волокон и т.п.;
- электролитическое (биохимическое) действие - выражается в разложении крови и других органических жидкостей, вызывая значительные нарушения их физико-химических составов;
- биологическое (механическое) действие - выражается в раздражении и возбуждении живых тканей организма, сопровождается непроизвольным судорожным сокращением мышц (в том числе сердца, лёгких).

К электротравмам относятся:

- электрические ожоги (токовые, контактные дуговые, а также комбинированные);
- электрические знаки (или «метки»: представляют собой четко очерченные пятна серого или бледно-желтого цвета на поверхности кожи человека, подвергнувшегося действию тока.), металлизация кожи (выпадение мельчайших частичек расплавленного металла на открытые поверхности кожи. На пораженном участке возникает боль от ожога и наличия инородных тел);
- механические повреждения;
- электроофтальмия (возникает в результате интенсивного облучения глаза светом, богатым ультрафиолетовыми лучами);
- электрический удар (электрический шок).

В зависимости от последствий электрические удары делятся на четыре степени:

- судорожное сокращение мышц без потери сознания;
- судорожное сокращение мышц с потерей сознания;
- потеря сознания с нарушением дыхания или сердечной деятельности;
- состояние клинической смерти в результате фибрилляции сердца или асфиксии (удушья).

1.2.2. Основные неблагоприятные последствия, которые могут наступить вследствие поражения электрическим током.

Протекание электрического тока через органы человека может вызвать остановку сердца, дыхания; разрывы мышц, поражение мозга, ожоги. Такие повреждения характерны для

поражающего тока величиной более 10 миллиампер, однако даже ток ощущения (1 -2 мА) способен напугать человека, вследствие чего не исключены механические травмы (например, вследствие падения с высоты).

1.2.3. Факторы, определяющие исход поражения

Основными факторами, определяющими исход поражения, являются:

- величина тока и напряжения;
- продолжительность воздействия тока;
- сопротивление тела;
- петля («путь») тока;

1.2.3.1 Величина тока и напряжения

Электрический ток, как поражающий фактор, определяет степень физиологического воздействия на человека. Напряжение следует рассматривать лишь как фактор, обуславливающий протекание того или иного тока в конкретных условиях - чем больше напряжение прикосновения, тем больше поражающий ток.

По степени физиологического воздействия можно выделить следующие поражающие токи:

- 0,8 – 1,2 мА - пороговый ощутимый ток (то есть то наименьшее значение тока, которое человек начинает ощущать);
- 10 - 16 мА - пороговый неотпускающий (приковывающий) ток, когда из-за судорожного сокращения рук человек самостоятельно не может освободиться от токоведущих частей;
- 100 мА - пороговый фибрилляционный ток; он является расчетным поражающим током. При этом необходимо иметь в виду, что вероятность поражения таким током равна 50% при продолжительности его воздействия не менее 0,5 секунды.

1.2.3.2.Продолжительность воздействия тока

Установлено, что поражение электрическим током возможно лишь в стоянии полного покоя сердца человека, когда отсутствуют сжатие (систола) или расслабление (диастола) желудочков сердца и предсердий. Поэтому при малом времени воздействие тока может не совпадать с фазой полного расслабления, однако всё, что увеличивает темп работы сердца, способствует повышению вероятности остановки сердца при ударе током любой длительности. К таким причинам следует отнести: усталость, возбуждение, голод, жажду, испуг, принятие алкоголя, наркотиков, некоторых лекарств, курение, болезни и т.п.

1.2.3.3.Сопротивление тела

Сопротивление тела величина непостоянная, зависит от конкретных условий, меняется в пределах от нескольких сотен Ом до нескольких мегом. С достаточной степенью точности можно считать, что при воздействии напряжения промышленной частоты 50 Герц, сопротивление тела человека являясь активной величиной, состоящей из внутренней и наружной составляющих. Внутреннее сопротивление у всех людей примерно одинаково и составляет 600 - 800 Ом. Из этого можно сделать вывод, что сопротивление тела человека определяется в основном величиной наружного сопротивления, а конкретно - состоянием кожи рук толщиной всего лишь 0,2 мм (в первую очередь ее наружным слоем - эпидермисом).

Таким образом, к факторам состояния человека, существенно увеличивающим вероятность смертельного поражения человека электрическим током следует отнести:

- всё, что увеличивает темп работы сердца - усталость, возбуждение, принятие алкоголя, наркотиков, некоторых лекарств, курение, болезни;
- всё, что уменьшает сопротивление кожи - потливость, порезы, принятие алкоголя.

1.2.3.4.Путь («петля») тока через тело человека

При расследовании несчастных случаев, связанных с воздействием электрического тока, прежде всего выясняется, по какому пути протекал ток. Человек может коснуться токоведущих частей (или металлических нетокведущих частей, которые могут оказаться под напряжением) самыми различными частями тела. Отсюда - многообразие возможных путей тока.

Наиболее вероятными признаны следующие:

- «правая рука - ноги» (20% случаев поражения);

- «левая рука - ноги» (17%);
- «обе руки - ноги» (12%);
- «голова - ноги» (5%);
- «рука - рука» (40%);
- «нога - нога» (6%).

Все петли, кроме последней, называются «большими», или «полными» петлями, ток захватывает область сердца, и они наиболее опасны. В этих случаях через сердце протекает 8- 12 процентов от полного значения тока. Петля «нога - нога» называется «малой», через сердце протекает всего 0,4% от полного тока. Эта петля возникает, когда человек оказывается в зоне растекания тока, попадая под шаговое напряжение.

2. Правила перемещения в зоне шагового напряжения

Шаговое напряжение - напряжение между двумя точками на поверхности Земли, находящимися на расстоянии 1 метр одна от другой, которая рассматривается как длина шага человека.

В радиусе 8 метров от места касания земли электрическим проводом можно попасть под шаговое напряжение.

Передвигаться в зоне шагового напряжения следует в диэлектрических ботах или диэлектрических галошах. В случае, когда использование этих средств не представляется возможным, следует покинуть зону растекания «гусиным шагом» - пятка шагающей ноги, не отрываясь от земли, приставляется к носку другой ноги. Нельзя отрывать подошвы от поверхности земли и делать широкие шаги.

3. Оказание первой помощи при поражении электрическим током

При поражении электрическим током, необходимо освободить пострадавшего от действия тока, а затем до прибытия врача приступить к оказанию помощи.

Правила освобождения пострадавшего человека от действия электрического тока, при условии, что электроустановка находится под напряжением менее 1000 В, необходимо:

- надеть резиновые перчатки;
- отключить электроустановку;
- извлечь пострадавшего от действия электрического тока путём освобождения его от прямого контакта с электрооборудованием;
- воспользоваться всеми доступными средствами защиты.

Методы спасения, пострадавшего от действия электрического тока подразумевают использование подручных средств, не проводящими ток. Это может быть сухая палка, доска или канат, при помощи которых можно отодвинуть или оттянуть пострадавшего от токоведущих частей. Приёмы освобождения зависят от обстоятельств, и, если одежда сухая, то можно оттянуть человека и за её полы или воротник. Обязательное условие для «спасателя» – наличие на руках диэлектрических перчаток.

Освобождение пострадавшего человека от действия электрического тока, при условии, что электроустановка находится под напряжением более 1000 В, необходимо проводить только при наличии всех средств электрозащиты.

Дальнейшие действия выполняются в соответствии с требованиями настоящей Инструкции.

Приложение 14. Основные права и обязанности работника и работодателя²⁶

1. Обязанности работодателя в области охраны труда²⁷

1.1. Обязанности по обеспечению безопасных условий и охраны труда возлагаются на работодателя.

Работодатель обязан создать безопасные условия труда исходя из комплексной оценки технического и организационного уровня рабочего места, а также исходя из оценки факторов производственной среды и трудового процесса, которые могут привести к нанесению вреда здоровью работников.

1.2. Работодатель обязан обеспечить:

1.2.1. Безопасность работников при эксплуатации зданий, сооружений, оборудования, осуществлении технологических процессов, а также эксплуатации применяемых в производстве инструментов, сырья и материалов;

1.2.2. Создание и функционирование системы управления охраной труда;

1.2.3. Соответствие каждого рабочего места государственным нормативным требованиям охраны труда;

1.2.4. Систематическое выявление опасностей и профессиональных рисков, их регулярный анализ и оценку;

1.2.5. Реализацию мероприятий по улучшению условий и охраны труда;

1.2.6. разработку мер, направленных на обеспечение безопасных условий и охраны труда, оценку уровня профессиональных рисков перед вводом в эксплуатацию производственных объектов, вновь организованных рабочих мест;

1.2.7. Режим труда и отдыха работников в соответствии с трудовым законодательством и иными нормативными правовыми актами, содержащими нормы трудового права;

1.2.8. Приобретение за счет собственных средств и выдачу средств индивидуальной защиты и смывающих средств, прошедших подтверждение соответствия в установленном законодательством Российской Федерации о техническом регулировании порядке, в соответствии с требованиями охраны труда и установленными нормами работникам, занятым на работах с вредными и (или) опасными условиями труда, а также на работах, выполняемых в особых температурных условиях или связанных с загрязнением;

1.2.9. Оснащение средствами коллективной защиты;

1.2.10. Обучение по охране труда, в том числе обучение безопасным методам и приемам выполнения работ, обучение по оказанию первой помощи, пострадавшим на производстве, обучение по использованию (применению) средств индивидуальной защиты, инструктаж по охране труда, стажировку на рабочем месте (для определенных категорий работников) и проверку знания требований охраны труда;

1.2.11. Организацию контроля за состоянием условий труда на рабочих местах, соблюдением работниками требований охраны труда, а также за правильностью применения ими средств индивидуальной и коллективной защиты;

²⁶ Вопросы по управлению профессиональными рисками на рабочих местах отражены в стандарте

«Идентификация опасностей и управление рисками», вопросы обучения по охране труда – в стандарте «Обязательное обучение работников», вопросы проведения медицинского осмотра и психиатрического освидетельствования – в инструкции «Инструкция по организации и проведению медицинского осмотра и психиатрического освидетельствования работников Общества», обеспечение работников средствами индивидуальной защиты – в стандарте «Обеспечение работников средствами индивидуальной защиты», вопросы по созданию комитетов (комиссии) по охране труда, расследованию несчастных случаев и микроповреждений – в стандарте «Единая система управления производственной безопасностью», вопросы финансирования мероприятий по улучшению условий и охраны труда - в стандарте «Установление целей и разработки программ мероприятий, мониторинг их выполнения». При этом необходимо использовать актуальные версии документов.

²⁷ В соответствии со статьей 214. раздела X ТК РФ.

1.2.12. Проведение специальной оценки условий труда в соответствии с законодательством о специальной оценке условий труда;

1.2.13. В случаях, предусмотренных трудовым законодательством и иными нормативными правовыми актами, содержащими нормы трудового права, организацию проведения за счет собственных средств обязательных предварительных (при поступлении на работу) и периодических (в течение трудовой деятельности) медицинских осмотров, других обязательных медицинских осмотров, обязательных психиатрических освидетельствований работников, внеочередных медицинских осмотров работников в соответствии с медицинскими рекомендациями, химико-токсикологических исследований наличия в организме человека наркотических средств, психотропных веществ и их метаболитов с сохранением за работниками места работы (должности) и среднего заработка на время прохождения указанных медицинских осмотров, обязательных психиатрических освидетельствований, химико-токсикологических исследований;

1.2.14. Недопущение работников к исполнению ими трудовых обязанностей без прохождения в установленном порядке обучения по охране труда, в том числе обучения безопасным методам и приемам выполнения работ, обучения по оказанию первой помощи пострадавшим на производстве, обучения по использованию (применению) средств индивидуальной защиты, инструктажа по охране труда, стажировки на рабочем месте (для определенных категорий работников) и проверки знания требований охраны труда, обязательных медицинских осмотров, обязательных психиатрических освидетельствований, а также в случае медицинских противопоказаний;

1.2.15. Предоставление федеральному органу исполнительной власти, осуществляющему функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере труда, федеральному органу исполнительной власти, уполномоченному на осуществление федерального государственного контроля (надзора) за соблюдением трудового законодательства и иных нормативных правовых актов, содержащих нормы трудового права, другим федеральным органам исполнительной власти, осуществляющим государственный контроль (надзор) в установленной сфере деятельности, органам исполнительной власти субъектов Российской Федерации в области охраны труда, органам местного самоуправления, органам профсоюзного контроля за соблюдением трудового законодательства и иных актов, содержащих нормы трудового права, информации и документов в соответствии с законодательством в рамках исполнения ими своих полномочий, с учетом требований законодательства Российской Федерации о государственной тайне;

1.2.16. Принятие мер по предотвращению аварийных ситуаций, сохранению жизни и здоровья работников при возникновении таких ситуаций, а также по оказанию первой помощи пострадавшим;

1.2.17. Расследование и учет несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний, учет и рассмотрение причин и обстоятельств событий, приведших к возникновению микроповреждений (микротравм), в соответствии с настоящим Кодексом, другими федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации;

1.2.18. Санитарно-бытовое обслуживание и медицинское обеспечение работников в соответствии с требованиями охраны труда, а также доставку работников, заболевших на рабочем месте, в медицинскую организацию в случае необходимости оказания им неотложной медицинской помощи;

1.2.19. Беспрепятственный допуск в установленном порядке должностных лиц федерального органа исполнительной власти, уполномоченного на осуществление федерального государственного контроля (надзора) за соблюдением трудового законодательства и иных нормативных правовых актов, содержащих нормы трудового права, других федеральных органов исполнительной власти, осуществляющих государственный контроль (надзор) в установленной сфере деятельности, органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации в области охраны труда, органов Фонда социального страхования Российской Федерации, а также представителей органов профсоюзного контроля

за соблюдением трудового законодательства и иных актов, содержащих нормы трудового права, в целях проведения проверок условий и охраны труда, расследования несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний работников, проведения государственной экспертизы условий труда;

1.2.20. Выполнение предписаний должностных лиц федерального органа исполнительной власти, уполномоченного на осуществление федерального государственного контроля (надзора) за соблюдением трудового законодательства и иных нормативных правовых актов, содержащих нормы трудового права, других федеральных органов исполнительной власти, осуществляющих государственный контроль (надзор) в установленной сфере деятельности, и рассмотрение представлений органов профсоюзного контроля за соблюдением трудового законодательства и иных актов, содержащих нормы трудового права, в установленные сроки, принятие мер по результатам их рассмотрения;

1.2.21. Обязательное социальное страхование работников от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний;

1.2.22. Информирование работников об условиях и охране труда на их рабочих местах, о существующих профессиональных рисках и их уровнях, а также о мерах по защите от воздействия вредных и (или) опасных производственных факторов, имеющихся на рабочих местах, о предоставляемых им гарантиях, полагающихся им компенсациях и средствах индивидуальной защиты, об использовании приборов, устройств, оборудования и (или) комплексов (систем) приборов, устройств, оборудования, обеспечивающих дистанционную видео-, аудио- или иную фиксацию процессов производства работ, в целях контроля за безопасностью производства работ;

1.2.23. Разработку и утверждение локальных нормативных актов по охране труда с учетом мнения выборного органа первичной профсоюзной организации или иного уполномоченного работниками представительного органа (при наличии такого представительного органа) в порядке, установленном статьей 372 настоящего Кодекса для принятия локальных нормативных актов;

1.2.24. Ведение реестра (перечня) нормативных правовых актов (в том числе с использованием электронных вычислительных машин и баз данных), содержащих требования охраны труда, в соответствии со спецификой своей деятельности, а также доступ работников к актуальным редакциям таких нормативных правовых актов;

1.2.25. Соблюдение установленных для отдельных категорий работников ограничений на привлечение их к выполнению работ с вредными и (или) опасными условиями труда;

1.2.26. Приостановление при возникновении угрозы жизни и здоровью работников производства работ, а также эксплуатации оборудования, зданий или сооружений, осуществления отдельных видов деятельности, оказания услуг до устранения такой угрозы;

1.2.27. При приеме на работу инвалида или в случае признания работника инвалидом создание для него условий труда, в том числе производственных и санитарно-бытовых, в соответствии с индивидуальной программой реабилитации или абилитации инвалида, а также обеспечение охраны труда.

1.2.28. При производстве работ (оказании услуг) на территории, находящейся под контролем другого работодателя (иного лица), работодатель, осуществляющий производство работ (оказание услуг), обязан перед началом производства работ (оказание услуг) согласовать с другим работодателем (иным лицом) мероприятия по предотвращению случаев повреждения здоровья работников, в том числе работников сторонних организаций, производящих работы (оказывающих услуги) на данной территории.

2. Права работодателя в области охраны труда²⁸

2.1. Работодатель имеет право:

²⁸ В соответствии со статьей 214.2. раздела X ТК РФ.

2.1.1. Использовать в целях контроля за безопасностью производства работ приборы, устройства, оборудование и (или) комплексы (системы) приборов, устройств, оборудования, обеспечивающих дистанционную видео-, аудио- или иную фиксацию процессов производства работ, обеспечивать хранение полученной информации;

2.1.2. вести электронный документооборот в области охраны труда;

2.1.3. предоставлять дистанционный доступ к наблюдению за безопасным производством работ, а также к базам электронных документов работодателя в области охраны труда федеральному органу исполнительной власти, уполномоченному на осуществление федерального государственного контроля (надзора) за соблюдением трудового законодательства и иных нормативных правовых актов, содержащих нормы трудового права, и его территориальным органам (государственным инспекциям труда в субъектах Российской Федерации).

3. Обязанности работника в области охраны труда²⁹

3.1. Работник обязан:

3.1.1. Соблюдать требования охраны труда;

3.1.2. Правильно использовать производственное оборудование, инструменты, сырье и материалы, применять технологию;

3.1.3. Следить за исправностью используемых оборудования и инструментов в пределах выполнения своей трудовой функции;

3.1.4. Использовать и правильно применять средства индивидуальной и коллективной защиты;

3.1.5. Проходить в установленном порядке обучение по охране труда, в том числе обучение безопасным методам и приемам выполнения работ, обучение по оказанию первой помощи, пострадавшим на производстве, обучение по использованию (применению) средств индивидуальной защиты, инструктаж по охране труда, стажировку на рабочем месте (для определенных категорий работников) и проверку знания требований охраны труда;

3.1.6. Незамедлительно поставить в известность своего непосредственного руководителя о выявленных неисправностях, используемых оборудования и инструментов, нарушениях применяемой технологии, несоответствии используемых сырья и материалов, приостановить работу до их устранения;

3.1.7. Немедленно извещать своего непосредственного или вышестоящего руководителя о любой известной ему ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о нарушении работниками и другими лицами, участвующими в производственной деятельности работодателя, указанными в части второй статьи 227 настоящего Кодекса, требований охраны труда, о каждом известном ему несчастном случае, происшедшем на производстве, или об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков профессионального заболевания, острого отравления;

3.1.8. В случаях, предусмотренных трудовым законодательством и иными нормативными правовыми актами, содержащими нормы трудового права, проходить обязательные предварительные (при поступлении на работу) и периодические (в течение трудовой деятельности) медицинские осмотры, другие обязательные медицинские осмотры и обязательные психиатрические освидетельствования, а также внеочередные медицинские осмотры по направлению работодателя, и (или) в соответствии с нормативными правовыми актами, и (или) медицинскими рекомендациями.

²⁹ В соответствии со статьей 215. раздела X ТК РФ.

4. Права работника в области охраны труда³⁰

4.1. Каждый работник имеет право на:

4.1.1. Рабочее место, соответствующее требованиям охраны труда; обязательное социальное страхование от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний;

4.1.2. Получение достоверной информации от работодателя, соответствующих государственных органов и общественных организаций об условиях и охране труда на рабочем месте, о существующих профессиональных рисках и их уровнях, а также о мерах по защите от воздействия вредных и (или) опасных производственных факторов;

4.1.3. Отказ от выполнения работ в случае возникновения опасности для его жизни и здоровья вследствие нарушения требований охраны труда до устранения такой опасности, за исключением случаев, предусмотренных федеральными законами;

4.1.4. Обеспечение в соответствии с требованиями охраны труда за счет средств работодателя средствами коллективной и индивидуальной защиты и смывающими средствами, прошедшими подтверждение соответствия в установленном законодательством Российской Федерации о техническом регулировании порядке;

4.1.5. Обучение по охране труда за счет средств работодателя;

4.1.6. Дополнительное профессиональное образование или профессиональное обучение за счет средств работодателя в случае ликвидации рабочего места вследствие нарушения работодателем требований охраны труда;

4.1.7. Гарантии и компенсации в связи с работой с вредными и (или) опасными условиями труда, включая медицинское обеспечение, в порядке и размерах, не ниже установленных настоящим Кодексом, другими федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации либо коллективным договором, трудовым договором;

4.1.8. Обращение о проведении проверки условий и охраны труда на его рабочем месте федеральным органом исполнительной власти, уполномоченным на осуществление федерального государственного контроля (надзора) за соблюдением трудового законодательства и иных нормативных правовых актов, содержащих нормы трудового права, органами исполнительной власти, осуществляющими государственную экспертизу условий труда, а также органами профсоюзного контроля за соблюдением трудового законодательства и иных актов, содержащих нормы трудового права;

4.1.9. Обращение в органы государственной власти Российской Федерации, органы государственной власти субъектов Российской Федерации и органы местного самоуправления, к работодателю, в объединения работодателей, а также в профессиональные союзы, их объединения и иные уполномоченные представительные органы работников (при наличии таких представительных органов) по вопросам охраны труда;

4.1.10. Личное участие или участие через своих представителей в рассмотрении вопросов, связанных с обеспечением безопасных условий труда на его рабочем месте, и в расследовании происшедшего с ним несчастного случая на производстве или профессионального заболевания, а также в рассмотрении причин и обстоятельств событий, приведших к возникновению микроповреждений (микротравм);

4.1.11. Внеочередной медицинский осмотр в соответствии с нормативными правовыми актами и (или) медицинскими рекомендациями с сохранением за ним места работы (должности) и среднего заработка на время прохождения указанного медицинского осмотра.

³⁰ В соответствии со статьей 216. раздела X ТК РФ.

4.2. Виды, минимальные размеры, условия и порядок предоставления указанных в настоящей статье гарантий и компенсаций устанавливаются настоящим Кодексом, другими федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации.

4.3. Повышенные или дополнительные гарантии и компенсации работникам, занятым на работах с вредными и (или) опасными условиями труда, могут устанавливаться коллективным договором, локальным нормативным актом работодателя с учетом финансово-экономического положения работодателя.

4.4. В случае обеспечения на рабочих местах безопасных условий труда, подтвержденных результатами специальной оценки условий труда или заключением государственной экспертизы условий труда, предусмотренные настоящим Кодексом гарантии и компенсации работникам за работу с вредными и (или) опасными условиями труда не устанавливаются.

Приложение 15. Журнал регистрации заезда автомобильного транспорта

Дата	Номер автомобильного транспорта	Время заезда	ФИО, подпись водителя	Время выезда	ФИО, подпись сопровождающего
1	2	3	4	5	6

Примечание: Начальник смены (старший по смене) определяет лицо, сопровождающее автомобильный транспорт, заполняет графы с 1 по 3. После заполнения указанных граф, водитель автомобильного транспорта ставит свою подпись в графе 4. Лицо, сопровождающее автомобильный транспорт, заполняет графы 5,6 после выезда автомобильного транспорта.

Приложение 16. Памятка о вреде курения (рекомендуемая)

Памятка о вреде курения

В состав табачного дыма входит около 4000 химических соединений.

Самыми опасными из них считаются бензол, ацетон, мышьяк, аммиак, свинец, ртуть, формальдегид и ацетальдегид.

Курение приводит к развитию трех основных заболеваний с летальным исходом: рак легкого, хронический бронхит и эмфизема, коронарная болезнь. 90 % онкологических заболеваний вызвано курением табака.

В момент затяжки сигаретой образуется около 1200 вредных веществ, среди которых канцерогены, вызывающие рак. Все это попадает в организм курящего.

Органы курящего человека постоянно, без выходных и праздников, находятся в стрессовом состоянии кислородного голодания.

Курение вызывает серьезные болезни дыхательных путей и онкологические заболевания.

Изнуряющий кашель и мокрота – постоянные спутники курильщика.

Сердце человека, зависящего от сигарет, изнашивается намного быстрее за счет более частых сердечных сокращений.

Со временем никотин серьезно поражает пищеварительную систему, провоцируя язву.

Ослабевают восприятие разговорной речи, снижается слух, работоспособность.

В год от курения умирает около 4 миллионов человек, то есть каждые восемь секунд появляется новая жертва никотина.

Курильщик своими же руками сокращает собственную жизнь минимум на восемь лет.

При курении электронных сигарет человек делает затяжки и не контролирует количество выкуренного. В результате получается, что он может принимать большее количество никотина, так как не может отследить, сколько он употребил. Зависимость в таких случаях формируется быстрее, а пагубное влияние на организм сильнее.

ПОМНИТЕ! ТАБАК И ЗДОРОВЬЕ – НЕСОВМЕСТИМЫ! НИКОТИН – НАРКОТИЧЕСКИЙ ЯД! КУРИТЬ – ЗДОРОВЬЮ ВРЕДИТЬ!



