|  |  |
| --- | --- |
|  | Федеральное агентство связи |
| Федеральное государственное бюджетное образовательное  учреждение высшего образования  «Санкт-Петербургский государственный университет  телекоммуникаций им. проф. М.А. Бонч-Бруевича» |
| ВВОДНЫЙ ИНСТРУКТАЖ ПО ОХРАНЕ ТРУДА.  ПРОГРАММА |
| ПР.ВИОТ-01-2016 |

|  |
| --- |
| УТВЕРЖДАЮ  Ректор СПбГУТ  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_С.В. Бачевский  \_\_\_ 04 октября \_\_\_\_\_\_\_\_2016 г. |

**ВВОДНЫЙ ИНСТРУКТАЖ ПО ОХРАНЕ ТРУДА.**

**ПРОГРАММА**

ПР.ВИОТ-01-2016

Версия 01

Экз. №\_\_

**Санкт-Петербург**

**2016**

1. **Цели вводного инструктажа**

В соответствии с требованиями ГОСТ 12.0.004–90 ССБТ «Организация обучения по охране труда» и Порядка обучения по охране труда (утв. [Постановлением Минтруда России, Минобразования России от 13.01.2003 N 1/29](http://otd-lab.ru/documents/postanovleniya/postanovlenie-mintruda-rf-n-1-minobrazovaniya-rf-n-29-ot-13012003-ob-utverz)) обучение и инструктаж по охране труда носит непрерывный, многоуровневый характер.

**Существуют следующие виды инструктажа по охране труда:**

**вводный,**

**первичный,**

**повторный,**

**внеплановый,**

**целевой.**

Все принимаемые на работу лица, а также командированные в университет работники и работники сторонних организаций, выполняющие работы на выделенном участке, учащиеся и студенты, прибывшие на производственное обучение или на практику, другие лица, участвующие в производственной деятельности, проходят в установленном порядке вводный инструктаж, который проводят специалисты по охране труда.

Целью вводного инструктажа является:

ознакомление работника с законодательными, ведомственными и локальными актами в части нормативных требований по охране труда;

разъяснение вновь поступающим работникам их задач по соблюдению производственной и трудовой дисциплины;

ознакомление с характером работы в университете, общими условиями безопасности труда;

ознакомление с основными положениями правил и инструкций по охране труда на рабочем месте, технике безопасности, производственной санитарии, личной гигиены, пожарной и электробезопасности.

Вводный инструктаж с вновь поступающими работниками проводят специалисты группы охраны труда, а с поступившими в университет обучающимися – работники факультета, ответственные за выполнение требований охраны труда. Инструктаж с работниками проводится в каб. 323 УК 4-2. О проведении вводного инструктажа делается запись в журнале регистрации вводного инструктажа с обязательными подписями инструктируемого и инструктирующего.

1. **Основные сведения об университете**

Полное наименование университета: федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский государственный университет телекоммуникаций им. проф. М.А. Бонч-Бруевича».

Сокращенное наименование : СПбГУТ.

Юридический адрес университета:191186, г. Санкт-Петербург, ул. Набережная реки Мойки, дом 61.

Адрес основного учебного корпуса: 193232, г. Санкт-Петербург, проспект Большевиков, дом 22, корп. 1,2.

Учредителем университета является Российская Федерация.

Функции и полномочия учредителя университета осуществляет Федеральное агентство связи (Россвязь ).

1. **Основные законодательные, ведомственные и локальные**

**акты, регламентирующие вопросы охраны труда.**

Основными нормативными документами по вопросам охраны труда являются:

Конституция Российской Федерации.

Трудовой кодекс Российской Федерации.

Федеральный закон от 24.07.1998 «Об обязательном социальном страховании от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний».

Федеральный закон от 18.06.2001 № 77-ФЗ « О предупреждении распространения туберкулёза в Российской Федерации»;

Федеральный закон от 30 марта 1999 года № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения».

Федеральное отраслевое соглашение по организациям связи и информационных технологий Российской Федерации на 2015-2017 годы.

Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 12.04.2011 № 302н «Об утверждении перечней вредных и (или) опасных производственных факторов и работ, при выполнении которых проводятся обязательные предварительные и периодические медицинские осмотры (обследования), и Порядка проведения обязательных предварительных и периодических медицинских осмотров (обследований) работников, занятых на тяжелых работах и на работах с вредными и (или) опасными условиями труда»;

Постановление Минтруда РФ и Минобразования РФ от 13 января 2003 г. N 1/29 "Об утверждении Порядка обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда работников организаций".

Коллективный договор.

Правила внутреннего распорядка.

Отраслевые, межотраслевые правила,  инструкции по охране труда.

Инструкции по охране труда на рабочем месте в СПбГУТ.

1. **Трудовой кодекс Российской Федерации.**

**Раздел X. Охрана труда.**

В основном законодательном акте по вопросам трудового права Трудовом кодексе Российской Федерации рассматриваются следующие положения по охране труда работников.

[**Глава 33. Общие положения**](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/glava-33/)

[Статья 209. Основные понятия](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-209/)

[Статья 210. Основные направления государственной политики в области охраны труда](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-210/)

**Глава 34. Требования охраны труда**

[Статья 211. Государственные нормативные требования охраны труда](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-211/)

[Статья 212. Обязанности работодателя по обеспечению безопасных условий и охраны труда](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-212/)

[Статья 213. Медицинские осмотры некоторых категорий работников](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-213/)

[Статья 214. Обязанности работника в области охраны труда](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-214/)

[Статья 215. Соответствие производственных объектов и продукции государственным нормативным требованиям охраны труда](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-215/)

**Глава 35. Организация охраны труда**

[Статья 216. Государственное управление охраной труда](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-216/)

[Статья 216.1. Государственная экспертиза условий труда](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-216-1/)

[Статья 217. Служба охраны труда в организации](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-217/)

[Статья 218. Комитеты (комиссии) по охране труда](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-218/)

**Глава 36. Обеспечение прав работника на охрану труда**

[Статья 219. Право работника на труд в условиях, отвечающих требованиям охраны труда](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-219/)

[Статья 220. Гарантии права работников на труд в условиях, соответствующих требованиям охраны труда](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-220/)

[Статья 221. Обеспечение работников средствами индивидуальной защиты](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-221/)

[Статья 222. Выдача молока и лечебно - профилактического питания](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-222/)

[Статья 223. Санитарно - бытовое и лечебно - профилактическое обслуживание работников](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-223/)

[Статья 224. Дополнительные гарантии охраны труда отдельным категориям работников](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-224/)

[Статья 225. Обучение и профессиональная подготовка в области охраны труда](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-225/)

[Статья 226. Финансирование мероприятий по улучшению условий и охраны труда](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-226/)

[Статья 227. Несчастные случаи, подлежащие расследованию и учету](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-227/)

[Статья 228. Обязанности работодателя при несчастном случае](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-228/)

[Статья 228.1. Порядок извещения о несчастных случаях](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-228-1/)

[Статья 229. Порядок формирования комиссий по расследованию несчастных случаев](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-229/)

[Статья 229.1. Сроки расследования несчастных случаев](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-229-1/)

[Статья 229.2. Порядок проведения расследования несчастных случаев](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-229-2/)

[Статья 229.3. Проведение расследования несчастных случаев государственными инспекторами труда](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-229-3/).

[Статья 230. Порядок оформления материалов расследования несчастных случаев](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-230/)

[Статья 230.1. Порядок регистрации и учета несчастных случаев на производстве](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-230-1/)

[Статья 231. Рассмотрение разногласий по вопросам расследования, оформления и учета несчастных случаев](http://www.zakonprost.ru/trudovoj-kodeks/statja-231/)

1. **Права и обязанности работника**

Основные права и обязанности работника определены в статье 21 Трудового кодекса Российской Федерации

Работник имеет право на:

заключение, изменение и расторжение трудового договора в порядке и на условиях, которые установлены Трудовым кодексом РФ, иными федеральными законами;

предоставление ему работы, обусловленной трудовым договором;

рабочее место, соответствующее государственным нормативным требованиям охраны труда и условиям, предусмотренным коллективным договором;

своевременную и в полном объеме выплату заработной платы в соответствии со своей квалификацией, сложностью труда, количеством и качеством выполненной работы;

отдых, обеспечиваемый установлением нормальной продолжительности рабочего времени, сокращенного рабочего времени для отдельных профессий и категорий работников, предоставлением еженедельных выходных дней, нерабочих праздничных дней, оплачиваемых ежегодных отпусков;

полную достоверную информацию об условиях труда и требованиях охраны труда на рабочем месте;

профессиональную подготовку, переподготовку и повышение своей квалификации в порядке, установленном Трудовым кодексом РФ, иными федеральными законами;

объединение, включая право на создание профессиональных союзов и вступление в них для защиты своих трудовых прав, свобод и законных интересов;

участие в управлении организацией в предусмотренных Трудовым кодексом РФ, иными федеральными законами и коллективным договором формах;

ведение коллективных переговоров и заключение коллективных договоров и соглашений через своих представителей, а также на информацию о выполнении коллективного договора, соглашений;

защиту своих трудовых прав, свобод и законных интересов всеми не запрещенными законом способами;

разрешение индивидуальных и коллективных трудовых споров, включая право на забастовку, в порядке, установленном Трудовым кодексом РФ, иными федеральными законами;

возмещение вреда, причиненного ему в связи с исполнением трудовых обязанностей, и компенсацию морального вреда в порядке, установленном Трудовым кодексом РФ, иными федеральными законами;

обязательное социальное страхование в случаях, предусмотренных федеральными законами.

Работник обязан:

добросовестно исполнять свои трудовые обязанности, возложенные на него трудовым договором;

соблюдать правила внутреннего трудового распорядка;

соблюдать трудовую дисциплину;

выполнять установленные нормы труда;

соблюдать требования по охране труда и обеспечению безопасности труда;

бережно относиться к имуществу работодателя (в том числе к имуществу третьих лиц, находящемуся у работодателя, если работодатель несет ответственность за сохранность этого имущества) и других работников;

незамедлительно сообщить работодателю либо непосредственному руководителю о возникновении ситуации, представляющей угрозу жизни и здоровью людей, сохранности имущества работодателя (в том числе имущества

1. **Права и обязанности работодателя**

Основные права и обязанности работодателя определены в статье 22 Трудового кодекса Российской Федерации.

Работодатель имеет право:

заключать, изменять и расторгать трудовые договоры с работниками в порядке и на условиях, которые установлены Трудовым кодексом РФ, иными федеральными законами;

вести коллективные переговоры и заключать коллективные договоры;

поощрять работников за добросовестный эффективный труд;

требовать от работников исполнения ими трудовых обязанностей и бережного отношения к имуществу работодателя (в том числе к имуществу третьих лиц, находящемуся у работодателя, если работодатель несет ответственность за сохранность этого имущества) и других работников, соблюдения правил внутреннего трудового распорядка;

привлекать работников к дисциплинарной и материальной ответственности в порядке, установленном Трудовым кодексом РФ, иными федеральными законами;

принимать локальные нормативные акты (за исключением работодателей - физических лиц, не являющихся индивидуальными предпринимателями);

создавать объединения работодателей в целях представительства и защиты своих интересов и вступать в них.

Работодатель обязан:

соблюдать трудовое законодательство и иные нормативные правовые акты, содержащие нормы трудового права, локальные нормативные акты, условия коллективного договора, соглашений и трудовых договоров;

предоставлять работникам работу, обусловленную трудовым договором;

обеспечивать безопасность и условия труда, соответствующие государственным нормативным требованиям охраны труда;

обеспечивать работников оборудованием, инструментами, технической документацией и иными средствами, необходимыми для исполнения ими трудовых обязанностей;

обеспечивать работникам равную оплату за труд равной ценности;

выплачивать в полном размере причитающуюся работникам заработную плату в сроки, установленные в соответствии с Трудовым кодексом РФ, коллективным договором, правилами внутреннего трудового распорядка, трудовыми договорами;

вести коллективные переговоры, а также заключать коллективный договор в порядке, установленном Трудовым кодексом РФ;

предоставлять представителям работников полную и достоверную информацию, необходимую для заключения коллективного договора, соглашения и контроля за их выполнением;

знакомить работников под роспись с принимаемыми локальными нормативными актами, непосредственно связанными с их трудовой деятельностью;

своевременно выполнять предписания федерального органа исполнительной власти, уполномоченного на проведение государственного надзора и контроля за соблюдением трудового законодательства и иных нормативных правовых актов, содержащих нормы трудового права, других федеральных органов исполнительной власти, осуществляющих функции по контролю и надзору в установленной сфере деятельности, уплачивать штрафы, наложенные за нарушения трудового законодательства и иных нормативных правовых актов, содержащих нормы трудового права;

рассматривать представления соответствующих профсоюзных органов, иных избранных работниками представителей о выявленных нарушениях трудового законодательства и иных актов, содержащих нормы трудового права, принимать меры по устранению выявленных нарушений и сообщать о принятых мерах указанным органам и представителям;

создавать условия, обеспечивающие участие работников в управлении организацией в предусмотренных Трудовым кодексом РФ, иными федеральными законами и коллективным договором формах;

обеспечивать бытовые нужды работников, связанные с исполнением ими трудовых обязанностей;

осуществлять обязательное социальное страхование работников в порядке, установленном федеральными законами;

возмещать вред, причиненный работникам в связи с исполнением ими трудовых обязанностей, а также компенсировать моральный вред в порядке и на условиях, которые установлены Трудовым кодексом РФ, другими федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации;

исполнять иные обязанности, предусмотренные трудовым законодательством и иными нормативными правовыми актами, содержащими нормы трудового права, коллективным договором, соглашениями, локальными нормативными актами и трудовыми договорами.

1. **Охрана труда женщин**

Ограничивается применение труда женщин на тяжелых работах и работах с вредными и (или) опасными условиями труда, а также на подземных работах, за исключением нефизических работ или работ по санитарному и бытовому обслуживанию.

Запрещается применение труда женщин на работах, связанных с подъемом и перемещением вручную тяжестей, превышающих предельно допустимые для них нормы.

Перечни производств, работ и должностей с вредными и (или) опасными условиями труда, на которых ограничивается применение труда женщин, и предельно допустимые нормы нагрузок для женщин при подъеме и перемещении тяжестей вручную утверждаются в порядке, установленном Правительством Российской Федерации с учетом мнения Российской трехсторонней комиссии по регулированию социально-трудовых отношений (ст. 253 Трудового кодекса РФ).

Постановлением Совета Министров - Правительства Российской Федерации от 6.02.1993 г. №105, утверждены нормы предельно допустимых нагрузок для женщин при подъеме и перемещении тяжестей вручную.

Нормы предельно допустимых нагрузок для женщин при подъеме и

перемещении тяжестей вручную:

|  |  |
| --- | --- |
| Характер работы | Предельно допустимая масса груза |
| Подъем и перемещение тяжестей при чередовании с другой работой (до 2 раза в час) | 10 кг |
| Подъем и перемещение тяжестей постоянно в течение рабочей смены | 7 кг |
| Величина динамической работы, совершаемой в течение каждого часа рабочей смены, не должна превышать: |  |
| с рабочей поверхности | 1750 кгм |
| с пола | 875 кгм |

*Примечания:*

1. В массу поднимаемого и перемещаемого груза включается масса тары и упаковки.

2. При перемещении грузов на тележках или контейнерах прилагаемое усилие не должно превышать 10 кг.

Учитывая физические особенности женщин, интересы охраны материнства и детства, роль женщин в семье Трудовой кодекс РФ устанавливает специальные нормы по охране труда.

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

Трудоустройство беременных женщин следует осуществлять в соответствии с "Гигиеническими рекомендациями по рациональному трудоустройству беременных женщин" (утверждены Госсанэпидемнадзором России от 21.12.93 г.).

Направление в служебные командировки, привлечение к сверхурочной работе, работе в ночное время, выходные и нерабочие праздничные дни женщин, имеющих детей в возрасте до трех лет, допускаются только с их письменного согласия и при условии, что это не запрещено им в соответствии с медицинским заключением, выданным в порядке, установленном федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации. При этом женщины, имеющие детей в возрасте до трех лет, должны быть ознакомлены в письменной форме со своим правом отказаться от направления в служебную командировку, привлечения к сверхурочной работе, работе в ночное время, выходные и нерабочие праздничные дни.

Гарантии, предусмотренные частью второй настоящей статьи, предоставляются также матерям и отцам, воспитывающим без супруга (супруги) детей в возрасте до пяти лет, работникам, имеющим детей-инвалидов, и работникам, осуществляющим уход за больными членами их семей в соответствии с медицинским заключением. (ст.96, 99, 259 Трудового кодекса РФ).

Женщинам по их заявлению и на основании выданного в установленном порядке листка нетрудоспособности предоставляются отпуска по беременности и родам продолжительностью 70 (в случае многоплодной беременности - 84) календарных дней до родов и 70 (в случае осложненных родов - 86, при рождении двух или более детей - 110) календарных дней после родов с выплатой пособия по государственному социальному страхованию в установленном федеральными законами размере.

Отпуск по беременности и родам исчисляется суммарно и предоставляется женщине полностью независимо от числа дней, фактически использованных ею до родов.(ст. 255 Трудового кодекса РФ).

Особое внимание трудовое законодательство уделяет охране труда беременных женщин, матерей, кормящих грудью и женщин, имеющих детей в возрасте до 3 лет.

По заявлению женщины ей предоставляется отпуск по уходу за ребенком до достижения им возраста трех лет. Порядок и сроки выплаты пособия по государственному социальному страхованию в период указанного отпуска определяются федеральными законами.

Отпуска по уходу за ребенком могут быть использованы полностью или по частям также отцом ребенка, бабушкой, дедом, другим родственником или опекуном, фактически осуществляющим уход за ребенком.

По заявлению женщины или лиц, указанных в части второй настоящей статьи, во время нахождения в отпусках по уходу за ребенком они могут работать на условиях неполного рабочего времени или на дому с сохранением права на получение пособия по государственному социальному страхованию.

На период отпуска по уходу за ребенком за работником сохраняется место работы (должность).

Отпуска по уходу за ребенком засчитываются в общий и непрерывный трудовой стаж, а также в стаж работы по специальности (за исключением случаев досрочного назначения трудовой пенсии по старости) (ст.256 Трудового кодекса РФ).

Запрещается отказывать женщинам в приеме на работу по мотивам, связанным с беременностью или наличием детей.

Расторжение трудового договора по инициативе работодателя с беременными женщинами не допускается, за исключением случаев ликвидации организации либо прекращения деятельности индивидуальным предпринимателем.

В случае истечения срочного трудового договора в период беременности женщины работодатель обязан по ее письменному заявлению и при предоставлении медицинской справки, подтверждающей состояние беременности, продлить срок действия трудового договора до окончания беременности. Женщина, срок действия трудового договора с которой был продлен до окончания беременности, обязана по запросу работодателя, но не чаще чем один раз в три месяца, предоставлять медицинскую справку, подтверждающую состояние беременности. Если при этом женщина фактически продолжает работать после окончания беременности, то работодатель имеет право расторгнуть трудовой договор с ней в связи с истечением срока его действия в течение недели со дня, когда работодатель узнал или должен был узнать о факте окончания беременности.

Допускается увольнение женщины в связи с истечением срока трудового договора в период ее беременности, если трудовой договор был заключен на время исполнения обязанностей отсутствующего работника и невозможно с письменного согласия женщины перевести ее до окончания беременности на другую имеющуюся у работодателя работу (как вакантную должность или работу, соответствующую квалификации женщины, так и вакантную нижестоящую должность или нижеоплачиваемую работу), которую женщина может выполнять с учетом ее состояния здоровья. При этом работодатель обязан предлагать ей все отвечающие указанным требованиям вакансии, имеющиеся у него в данной местности. Предлагать вакансии в других местностях работодатель обязан, если это предусмотрено коллективным договором, соглашениями, трудовым договором.

Расторжение трудового договора с женщинами, имеющими детей в возрасте до трех лет, одинокими матерями, воспитывающими ребенка в возрасте до четырнадцати лет (ребенка-инвалида до восемнадцати лет), другими лицами, воспитывающими указанных детей без матери, по инициативе работодателя не допускается, за исключением увольнения по основаниям, предусмотренным пунктами 1, 5-8, 10 или 11 части первой статьи 81 или пунктом 2 статьи 336 Трудового кодекса РФ (ст. 64, 261 Трудового кодекса РФ).

1. **Охрана труда молодежи**

Особенности регулирования труда работников в возрасте до восемнадцати лет определены в главе 42 Трудового кодекса Российской Федерации.

Труд молодежи законодательно определен Трудовым кодексом РФ (глава 42). Трудовой договор заключается с лицами, достигшими возраста 16 лет (ст. 63 Трудового кодекса РФ).

Запрещается применение труда лиц в возрасте до восемнадцати лет на работах с вредными и (или) опасными условиями труда, на подземных работах, а также на работах, выполнение которых может причинить вред их здоровью и нравственному развитию (игорный бизнес, работа в ночных кабаре и клубах, производство, перевозка и торговля спиртными напитками, табачными изделиями, наркотическими и иными токсическими препаратами).

Запрещаются переноска и передвижение работниками в возрасте до восемнадцати лет тяжестей, превышающих установленные для них предельные нормы.

Перечень работ, на которых запрещается применение труда работников в возрасте до восемнадцати лет, а также предельные нормы тяжестей утверждаются в порядке, установленном Правительством Российской Федерации с учетом мнения Российской трехсторонней комиссии по регулированию социально-трудовых отношений (ст. 265 Трудового кодекса РФ).

**Нормы предельно допустимых нагрузок для лиц моложе восемнадцати лет при подъеме и перемещении тяжестей вручную**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Характер | Предельно допустимая масса груза в Кг | | | | | | | |
| работы, показатели | Юноши | | | | Девушки | | | |
| тяжести труда | 14  лет | 15  лет | 16  лет | 17  лет | 14  лет | 15  лет | 16  лет | 17  лет |
| Подъем и перемещение вручную груза постоянно в течение рабочей смены | **3** | **3** | **4** | **4** | **2** | **2** | **3** | **3** |
| Подъем и перемещение груза вручную в течение не более 1/3 рабочей смены:  - постоянно (более 2-х раз в час))  - при чередовании с другой работой (до 2-х раз в час) | 6  12 | 7  15 | 11  20 | 13  24 | 3  4 | 4  5 | 5  7 | 6  8 |
| Суммарная масса груза, перемещаемого в течение смены:  - подъем с рабочей поверхности  - подъем с пола | 400  200 | 500  250 | 1000  500 | 1500  700 | 180  90 | 200  100 | 400  200 | 500  250 |

*Примечания:*

1.Подъем и перемещение тяжестей в пределах указанных норм допускаются, если это непосредственно связано с выполняемой постоянной профессиональной работой.

2. В массу поднимаемого и перемещаемого груза включается масса тары и упаковки.

3. При перемещении грузов на тележках или в контейнерах прилагаемое усилие не должно превышать:

для юношей 14 лет -12 кг, 15 лет - 15 кг, 16 лет -20 кг, 17 лет -24 кг ,

для девушек 14 лет - 4 кг, 15 лет - 5 кг, 16 лет - 7 кг, 17 лет - 8 кг.

Лица в возрасте до восемнадцати лет принимаются на работу только после предварительного обязательного медицинского осмотра (обследования) и в дальнейшем, до достижения возраста восемнадцати лет, ежегодно подлежат обязательному медицинскому осмотру (обследованию).

Предусмотренные настоящей статьей обязательные медицинские осмотры (обследования) осуществляются за счет средств работодателя (ст. 226 Трудового кодекса РФ).

Запрещаются направление в служебные командировки, привлечение к сверхурочной работе, работе в ночное время, в выходные и нерабочие праздничные дни работников в возрасте до восемнадцати лет (за исключением творческих работников средств массовой информации, организаций кинематографии, теле- и видеосъемочных коллективов, театров, театральных и концертных организаций, цирков и иных лиц, участвующих в создании и (или) исполнении (экспонировании) произведений, профессиональных спортсменов в соответствии с перечнями работ, профессий, должностей этих работников, утверждаемыми Правительством Российской Федерации с учетом мнения Российской трехсторонней комиссии по регулированию социально-трудовых отношений) (ст. 268 Трудового кодекса РФ).

Ежегодный основной оплачиваемый отпуск работникам в возрасте до восемнадцати лет предоставляется продолжительностью 31 календарный день в удобное для них время (ст. 267 Трудового кодекса РФ).

При повременной оплате труда заработная плата работникам в возрасте до восемнадцати лет выплачивается с учетом сокращенной продолжительности работы. Работодатель может за счет собственных средств производить им доплаты до уровня оплаты труда работников соответствующих категорий при полной продолжительности ежедневной работы.

Труд работников в возрасте до восемнадцати лет, допущенных к сдельным работам, оплачивается по установленным сдельным расценкам. Работодатель может устанавливать им за счет собственных средств доплату до тарифной ставки за время, на которое сокращается продолжительность их ежедневной работы.

Оплата труда работников в возрасте до восемнадцати лет, обучающихся в общеобразовательных учреждениях, образовательных учреждениях начального, среднего и высшего профессионального образования и работающих в свободное от учебы время, производится пропорционально отработанному времени или в зависимости от выработки. Работодатель может устанавливать этим работникам доплаты к заработной плате за счет собственных средств (ст. 271 Трудового кодекса РФ).

Расторжение трудового договора с работниками в возрасте до восемнадцати лет по инициативе работодателя (за исключением случая ликвидации организации или прекращения деятельности индивидуальным предпринимателем) помимо соблюдения общего порядка допускается только с согласия соответствующей государственной инспекции труда и комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав (ст. 269 Трудового кодекса РФ).

1. **Правила внутреннего трудового распорядка**

Правила трудового распорядка и дисциплина труда в университете устанавливаются в соответствии с Разделом VIII Трудового кодекса Российской Федерации.

Правила внутреннего трудового распорядка утверждаются ректором с учетом мнения профсоюзной организации в порядке, установленном статьей 372 Трудового кодекса РФ для принятия локальных нормативных актов. Правила внутреннего трудового распорядка являются приложением к коллективному договору (ст. 189, 190 Трудового кодекса РФ).

Ректор может поощрять работников, добросовестно исполняющих трудовые обязанности (объявлять благодарность, выдавать премию, награждать ценным подарком, почетной грамотой).

Другие виды поощрений работников за труд определяются коллективным договором или правилами внутреннего трудового распорядка. За особые трудовые заслуги перед обществом и государством работники могут быть представлены к государственным наградам (ст. 191 Трудового кодекса РФ).

За совершение дисциплинарного проступка, то есть неисполнение или ненадлежащее исполнение работником по его вине возложенных на него трудовых обязанностей, ректор имеет право применить следующие дисциплинарные взыскания:

замечание;

выговор;

увольнение по соответствующим основаниям.

Федеральными законами, уставами и положениями о дисциплине (часть пятая статьи 189 Трудового кодекса РФ) для отдельных категорий работников могут быть предусмотрены также и другие дисциплинарные взыскания.

К дисциплинарным взысканиям, в частности, относится увольнение работника по основаниям, предусмотренным пунктами 5, 6, 9 или 10 части первой статьи 81 или пунктом 1 статьи 336 Трудового кодекса РФ, а также пунктом 7 или 8 части первой статьи 81 Трудового кодекса РФ в случаях, когда виновные действия, дающие основания для утраты доверия, либо соответственно аморальный проступок совершены работником по месту работы и в связи с исполнением им трудовых обязанностей.

Не допускается применение дисциплинарных взысканий, не предусмотренных федеральными законами, уставами и положениями о дисциплине.

При наложении дисциплинарного взыскания должны учитываться тяжесть совершенного проступка и обстоятельства, при которых он был совершен (ст. 192 Трудового кодекса РФ).

До применения дисциплинарного взыскания работодатель должен затребовать от работника письменное объяснение. Если по истечении двух рабочих дней указанное объяснение работником не предоставлено, то составляется соответствующий акт.

Непредставление работником объяснения не является препятствием для применения дисциплинарного взыскания.

Дисциплинарное взыскание применяется не позднее одного месяца со дня обнаружения проступка, не считая времени болезни работника, пребывания его в отпуске, а также времени, необходимого на учет мнения представительного органа работников.

Дисциплинарное взыскание не может быть применено позднее шести месяцев со дня совершения проступка, а по результатам ревизии, проверки финансово-хозяйственной деятельности или аудиторской проверки - позднее двух лет со дня его совершения. В указанные сроки не включается время производства по уголовному делу.

За каждый дисциплинарный проступок может быть применено только одно дисциплинарное взыскание.

Приказ (распоряжение) работодателя о применении дисциплинарного взыскания объявляется работнику под роспись в течение трех рабочих дней со дня его издания, не считая времени отсутствия работника на работе. Если работник отказывается ознакомиться с указанным приказом (распоряжением) под роспись, то составляется соответствующий акт.

Дисциплинарное взыскание может быть обжаловано работником в государственную инспекцию труда и (или) органы по рассмотрению индивидуальных трудовых споров (ст. 193 Трудового кодекса РФ).

Если в течение года со дня применения дисциплинарного взыскания работник не будет подвергнут новому дисциплинарному взысканию, то он считается не имеющим дисциплинарного взыскания.

Работодатель до истечения года со дня применения дисциплинарного взыскания имеет право снять его с работника по собственной инициативе, просьбе самого работника, ходатайству его непосредственного руководителя или представительного органа работников (ст. 194 Трудового кодекса РФ).

1. **Основные опасные и вредные производственные факторы**

**Основные и вредные производственные факторы подразделяются по природе на следующие группы (ГОСТ 12. 0. 003-74):**

физические;

химические;

биологические;

психофизиологические.

Физически опасные и вредные производственные факторы подразделяются на следующие:

движущиеся машины и механизмы;

подвижные части производственного оборудования (вентиляторы и др.);

повышенная запыленность и загазованность воздуха, рабочей среды;

повышенная или пониженная температура поверхности оборудования, материалов;

повышенная (более 30°С) или пониженная (менее 10°С) температура в помещениях;

повышенный уровень шума на рабочем месте;

повышенный уровень вибрации;

повышенное или пониженное барометрическое давление и его резкое изменение;

повышенная или пониженная влажность воздуха;

повышенная или пониженная подвижность воздуха;

наличие статического электричества на корпусах оборудования и предметов;

наличие напряжения 380/220В в сети освещения;

повышенный уровень напряженности электромагнитного поля (от ПЭВМ, печи СВЧ, люминесцентных ламп, множительной техники);

отсутствие или недостаток естественного света;

недостаточная освещенность рабочей зоны;

повышенная яркость света;

прямая и отраженная блесткость;

повышенная пульсация светового потока;

острые кромки, заусенцы и шероховатость на поверхностях инструмента, деталей, оборудования;

расположенность светильников помещений на значительной высоте относительно пола;

повышенная температура воды и оборудования системы отопления.

Химически опасные и вредные производственные факторы подразделяются на:

токсические;

раздражающие;

канцерогенные;

проникающие в организм человека через органы дыхания, желудочно-кишечный тракт, кожные покровы;

Биологически опасные и вредные производственные факторы включают следующие биологические объекты:

микроорганизмы (бактерии, вирусы, спирохеты, грибы) и продукты их жизнедеятельности;

макроорганизмы (растения, животные, рыбы).

Психофизиологически опасные и вредные производственные факторы по характеру воздействия подразделяются на следующие:

физические перегрузки (статические и динамические);

нервно-психические перегрузки (умственное перенапряжение, монотонность труда, эмоциональные перегрузки).

**При работе на ПЭВМ могут возникнуть следующие опасные факторы:**

электрический ток, который может протекать через тело человека в случае его прикосновения к открытым токоведущим частям или электрооборудованию и электропроводам с нарушенной изоляцией;

вращающиеся и движущиеся части устройств;

взрыв трубки кинескопа видеомонитора;

возгорание устройств.

Неблагоприятные факторы, возникающие при эксплуатации ПЭВМ:

эргонометрические;

неионизирующие электромагнитные излучения которые распространяются во всех направлениях и оказывают воздействие не только на пользователей ПЭВМ, но и на окружающих;

рентгеновское излучение;

микроклимат производственных помещений;

температура воздуха (теплый период года);

относительная влажность воздуха в холодный и теплый период года;

скорость движения воздуха (холодный период года).

Естественное освещение должно осуществляться через светопроемы, ориентированные на север и северо-восток.

При эксплуатации ПЭВМ необходимо руководствоваться «Инструкцией по охране труда при работе на персональном компьютере», утверждённой ректором СПбГУТ.

1. **Основные требования по предупреждению электротравматизма**

Лица, обслуживающие электроустановки или работающие на технологическом оборудовании, обязаны изучать и выполнять указанные правила в объеме применительно к занимаемой должности или выполняемой работе. К обслуживанию электротехнических установок и работе с машинами и механизмами с электроприводом допускаются лица, имеющие I квалификационную группу допуска.

Согласно ПУЭ по условиям безопасности все электроустановки подразделяются на электроустановки напряжением до 1000 В и электроустановки напряжением выше 1000 В.

Эксплуатация электроустановок любого напряжения относится к работам, проводимым в условиях повышенной опасности. Поэтому как к самим установкам, так и к персоналу, эксплуатирующему их, предъявляются специальные требования.

Токоведущие части сборок щитов, установленные в помещениях и доступные для неэлектротехнического персонала, должны быть закрыты сплошными ограждениями.

Не разрешается самостоятельно вскрывать крышки рубильников, подключать или отключать электроустановки, заменять перегоревшие электролампочки, предохранитель-ные вставки, производить какие-либо действия в распределительном щите, а также в случае обнаружения оборванных проводов, неисправности заземления и т.п. Для этих целей должен быть приглашен электромонтер.

К неэлектротехническому персоналу, которому достаточно присвоение I квалификационной группы допуска, относятся:

персонал, обслуживающий электроустановки, стенды для проверки электромонтажных работ и т. д., если по возложенным функциям ему не требуется присвоение более высокой квалифика­ционной группы;

персонал, обслуживающий передвижные машины и меха­низмы с электроприводом;

персонал, работающий с электроинструментом;

персонал, работающий в помещениях и вне их, где при возникновении неблагоприятных условий и отсутствии необходи­мых знаний по электробезопасности может появиться опасность поражения электрическим током.

При использовании электроустановок до 1000 В необходимо соблюдать элементарные правила пользования бытовыми электроустановками. Причинами поражения электрическим током может быть работа на неисправном оборудовании, прикосновение к металлическим конструкциям, корпусам электрооборудования и к другим незаземленным металлическим предметам, случайно оказавшимся под напряжением, контакт с находящимися под напряжением неизолированными проводами или проводами с поврежденной изоляцией.

Особое внимание при работе на оборудовании следует обращать на заземление. В случае нарушения или неисправности заземления нужно работу прекратить и вызвать электромонтера.

Запрещается переносить включенные приборы. Прежде, как начать работу с электрическим аппаратом следует подробно ознакомиться с инструкцией работы на конкретной машине, способами включения и выключения, убедиться визуально в исправности вилки подключаемого аппарата и электропитающей розетки, отсутствия каких - либо механических повреждений.

В случае обнаружения "пощипывания" при обслуживании оборудования нужно немедленно прекратить работы и вызвать электромонтера.

В случае загорания электропроводки необходимо немедленно отключить электроустановку, а пламя тушить только песком или углекислотным огнетушителем, но ни в коем случае ни водой, ни пенным огнетушителем.

1. **Пожарная безопасность**

Горением называется быстро протекающее химическое превращение веществ, сопровождающееся выделением больших количеств теплоты и обычно ярким свечением (пламенем).

Для успешного тушения возникшего пожара решающее значение имеет быстрое обнаружение пожара, своевременный вызов пожарных подразделений к месту пожара и оперативные действия по эвакуации людей из зданий и помещений. В связь извещения о пожаре входит городская и местная телефонная связь, специальная пожарная телефонная связь " 01 ", электрическая пожарная сигнализация.

Поступающий на работу обязан изучить план эвакуации людей и имущества из помещений в случае пожара, вывешенный в коридоре каждого этажа, расположение пожарных кранов и наличия средств пожаротушения.

Распространенным средством ликвидации возникшего пожара является огнетушитель. Огнетушители предназначены для тушения загораний и пожаров в начальной стадии их развития.

По виду огнегасительных веществ их подразделяют на:

воздушно-пенные,

химические пенные,

жидкостные,

углекислотные,

аэрозольные,

порошковые.

Наиболее распространены химические пенные огнетушители ОХП-10, ОП-М и ОП-9ММ. Для приведения огнетушителя в действие поворачивают ручку запорного устройства на 180, переворачивают огнетушитель вверх дном и направляют спрыском в очаг загорания. Перед использованием огнетушителя необходимо прочистить спрыск прикрепленной к огнетушителю шпилькой.

Выпускаются также густопенный химический (ОП-М) и химический воздушно-пенный (ОХВП-10) огнетушители.

Воздушно-пенные огнетушители бывают ручные (ОВП-5 и ОВП-10) и стационарные (ОВП-100 и ОВП-250). Зарядом в них является 6 %- й водный раствор пенообразователя

ПО-1.

Углекислотные огнетушители служат для тушения загораний диоксидом углерода в газообразном или твердом (снегообразном) виде. Промышленность выпускает углекислотные огнетушители в ручном (ОУ-2, ОУ-5, ОУ-8) и транспортном (ОУ-25, ОУ-80, ОУ-400) вариантах. Эти огнетушители предназначены для тушения различных веществ (кроме способных гореть без допуска воздуха), а также электроустановок под напряжением до 10 кВ. Для приведения в действие огнетушителя его раструб направляют на очаг горения и нажимают на курок затвора. Ручные огнетушители нельзя держать в горизонтальном положении и переворачивать вверх дном.

Углекислотно-бромэтиловые огнетушители ОУБ-3 и ОУБ-7 содержат заряд, состоящий из 97% бромистого этила, 3% сжиженного диоксида углерода и сжатого воздуха, вводимого в огнетушители для создания рабочего давления, равного 0,9 МПа. Порошковые огнетушители получают все большее распространение. Они выпускаются типов: ОП-1 "Момент", ОП-2А, ОП-10А, ОПС-10, ОП-100, ОППС-10, ОП-250, СП-120.

Порошковый ручной огнетушитель (ОП) служит для тушения небольших загораний щелочных металлов (натрия, калия), древесины, пластмассы и др.

Кроме описанных существует много других видов огнетушителей. Например, огнетушитель аэрозольный хладоновый (ОАХ-0,5), огнетушители хладоновые (ОХ-3 и ОХ-7), огнетушители жидкостные (ОЖ-5 и ОЖ-10), огнетушители автоматические (УАП-А5, УАП-А16) и др.

Нарушение (невыполнение, ненадлежащее невыполнение или уклонение от выполнения) требований пожарной безопасности, в том числе Правил, влечет уголовную, административную, дисциплинарную или иную ответственность в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

Дороги, проезды, подъезды и проходы к здани­ям, сооружениям, открытым складам и водоисточникам, используемые для пожаротушения, подступы к стационар­ным пожарным лестницам и пожарному инвентарю долж­ны быть всегда свободными, содержаться в исправном со­стоянии, а зимой - быть очищенными от снега и льда.

Противопожарные системы и установки (противодымная защита, средства пожарной автоматики, сис­темы противопожарного водоснабжения, противопожар­ные двери, клапаны, другие защитные устройства в про­тивопожарных стенах и перекрытиях и т. п.) помещений, зданий и сооружений должны постоянно содержаться в исправном рабочем состоянии.

Устройства для самозакрывания дверей должны на­ходиться в исправном состоянии. Не допускается уста­навливать какие-либо приспособления, препятствующие нормальному закрыванию противопожарных или противодымных дверей (устройств).

Не разрешается проводить работы на оборудовании, установках и станках с неисправностями, мо­гущими привести к пожару, а также при отключенных контрольно-измерительных приборах и технологической автоматике, обеспечивающих контроль заданных режи­мов температуры, давления и других, регламентирован­ных условиями безопасности, параметров.

В помещениях предприятий, зданий и сооружений запрещается:

хранение и применение в подвалах и цокольных этажах ЛВЖ и ГЖ, пороха, взрывчатых веществ, баллонов с газами. Товаров в аэрозольной упаковке, целлулоида и других взрывопожароопасных веществ и материалов, кроме случаев, оговоренных в действующих нормативных документах;

загромождать мебелью, оборудованием и другими пред­метами двери, люки на балконах и лоджиях, переходы в смежные секции и выходы на наружные эвакуационные лестницы;

проводить уборку помещений и стирку одежды с при­менением бензина, керосина и других ЛВЖ и ГЖ, а так­же производить отогревание замерзших труб паяльными лампами и другими способами с применением открытого огня;

оставлять неубранным промасленный обтирочный ма­териал;

хранить под маршами лестниц и на их площадках вещи, мебель и другие горючие материалы.

В помещениях, имеющих один эвакуационный выход, допускается проведение мероприятий с количеством присутствующих в этих помещениях не более 50 человек.

Для сбора использованных обтирочных материалов необходимо устанавливать металлические ящики с плотно закрывающимися крышками. По окончании смены ящики должны удаляться из помещений.

Спецодежда лиц, работающих с маслами, лаками, красками и другими ЛВЖ и ГЖ, должна храниться в подвешенном виде в металлических шкафах, установленных в специально отведенных для этой цели местах.

Все двери эвакуационных выходов должны свободно открываться в сторону выхода из помещений. При пребывании людей в помещении двери могут запи­раться лишь на внутренние, легкооткрывающиеся запоры.

Запрещается:

загромождать проходы, коридоры, тамбуры, галереи, лифтовые холлы, лестничные площадки, марши лестниц и люки мебелью, шкафами, оборудованием, различными материалами и готовой продукцией, а также забивать две­ри эвакуационных выходов;

устраивать в тамбурах выходов (за исключением квар­тир и индивидуальных жилых домов) сушилки одежды лю­бой конструкции, вешалки для одежды и гардеробы, хра­нение (в том числе временное) любого инвентаря и мате­риалов;

устраивать на путях эвакуации пороги, турникеты, раздвижные, подъемные и вращающиеся двери и другие устройства, препятствующие свободной эвакуации людей;

применять на путях эвакуации (кроме зданий V степени огнестойкости) горючие материалы для отделки, облицовки, окраски стен и потолков, а в лестничных клетках — также ступеней и площадок;

фиксировать самозакрывающиеся двери лестничных клеток, коридоров, холлов и тамбуров в открытом положении (если для этих целей не используются автоматические устройства, срабатывающие при пожаре), а также снимать их;

остеклять или закрывать жалюзи воздушных зон в незадымляемых лестничных клетках;

заменять армированное стекло обычным в остеклениях дверей и фрамуг.

Ковры, ковровые дорожки и другие покрытия полов в помещениях с массовым пребыванием людей должны надежно крепиться к полу.

Во всех помещениях (независимо от назначения), которые по окончании работ закрываются и не контроли­руются дежурным персоналом, все электроустановки и электроприборы должны быть обесточены (за исключе­нием дежурного и аварийного освещения, автоматических установок пожаротушения, пожарной и охранной сигна­лизации, а также электроустановок, работающих кругло­суточно по требованию технологии).

При эксплуатации электроустановок запрещается:

использовать электроаппараты и приборы в условиях не соответствующих рекомендациям (инструкциям) пред­приятий-изготовителей, или имеющие неисправности, могущие привести к пожару, а также эксплуатировать провода и кабели с поврежденной или потерявшей защитные свойства изоляцией;

пользоваться поврежденными розетками, рубильника­ми, другими электроустановочными изделиями;

обертывать электролампы и светильники бумагой, тка­нью и другими горючими материалами, а также эксплуа­тировать их со снятыми колпаками (рассеивателями);

пользоваться электроутюгами, электроплитками, элек­трочайниками и другими электронагревательными при­борами без подставок из негорючих материалов;

оставлять без присмотра включенные в сеть электрона­гревательные приборы, телевизоры, радиоприемники и т. п.

применять нестандартные (самодельные) электронагре­вательные приборы, использовать некалиброванные плав­кие вставки или другие самодельные аппараты защиты о' перегрузки и короткого замыкания;

прокладывать транзитные электропроводки и кабельные линии через складские помещения, а также через пожароопасные и взрывопожароопасные зоны;

Переносные электрические светильники должны быть выполнены с применением гибких электропроводок, оборудованы стеклянными колпаками, а также защищены предохранительными сетками и снабжены крючками для подвески.

**Основные причины пожаров на предприятии и в организации:**

неосторожное обращение с огнем;

оставленные без присмотра электроприборы;

проведение с нарушениями требований правил пожарной безопасности огневых, строительных и других пожароопасных работ;

курение в неустановленных местах;

использование легковоспламеняемых веществ;

нарушение технологий.

Работники должны уметь пользоваться имеющимися огнетушителями.

Доступ к первичным средствам пожаротушения и электрощитам должен быть свободным.

Руководство обязано требовать от всех работников и посетителей соблюдения правил пожарной безопасности. Необходимо следить за правильной эксплуатацией электрооборудования, электроприборов и электроосвещения.

Территория помещения должна своевременно очищаться от горючих отходов, мусора, тары и т.п., которые следует собирать на специально выделенной площадке в контейнеры, а затем вывозить. Дороги, проезды к зданиям должны быть свободными, а зимой – очищены от снега и льда. Разведение костров, сооружение временных строений и складирование горючих материалов в противопожарных разрывах не допускается.

Здания, помещения должны содержаться в чистоте. Курить допускается в специально оборудованных для этих целей местах. Все электрические розетки должны быть подписаны 220W, 380W.

Коридоры, лестничные клетки, пути эвакуации и эвакуационные выходы необходимо держать свободными. Запоры на дверях эвакуационных выходов должны свободно открываться изнутри без ключа.

Электроснабжение помещений по окончании рабочего дня обесточивается на электрощите.

Хранение лакокрасочных материалов осуществляется только в складском помещении.

Загрузка материалов, оборудования и выгрузка осуществляется только по путям, не связанным с эвакуационными выходами людей.

Иллюминация должна быть выполнена с соблюдением «Правил устройства электроустановок». При использовании электроосветительной сети без понижающего трансформатора могут применяться лампочки с последовательным включением, напряжением 12В.

При обнаружении неисправности в иллюминации (нагрев проводов, мигание лампочек, искрение и т.д.) она должна быть отключена.

Дежурный персонал должен иметь дежурный свет на случай отключения освещения.

**Работникам запрещается:**

загромождать пути эвакуации (проходы, коридоры, выходы);

курить, использовать и разводить открытый огонь в помещении предприятия, на складе и в подсобных помещениях;

хранить и применять взрывопожарные вещества и материалы, а также газовые баллоны не в соответствии с правилами безопасного использования и хранения вышеуказанных веществ;

пользоваться поврежденными электророзетками, рубильниками, электрооборудованием и электроприборами;

использовать электронагревательные приборы (электрообогреватели, электрочайники, электроплиты) кустарного производства в складских и бытовых помещениях;

оставлять без присмотра включенные в электросеть электроприборы;

допускать заполнение помещений людьми сверх установленной нормы.

**Правила пользования первичными средствами тушения пожаров:**

Пенные огнетушители:

Предназначены для тушения различных веществ и материалов, за исключением электроустановок, находящихся под напряжением.

Для приведения в действие химически-пенного огнетушителя ОХП-10 необходимо иглой прочистить спрыск, повернуть вверх на 180 до отказа рукоятку, перевернуть огнетушитель крышкой вниз и направить струю пены на очаг горения.

Углекислотные огнетушители:

Предназначены для тушения возгораний различных веществ, за исключением тех, горение которых происходит без доступа воздуха, а также электроустановок, находящихся под напряжением до 380 В.

Для приведения в действие углекислотных огнетушителей ОУ-2, ОРУ-5, ОУ-8 необходимо раструб направить на горящий предмет, повернуть маховичок вентиля влево до отказа. Переворачивать огнетушитель не требуется; держать, по возможности, вертикально.

Во избежание обмораживания нельзя касаться металлической части раструба оголенными частями тела.

Порошковые огнетушители:

Предназначены для тушения нефтепродуктов, электроустановок, находящихся под напряжением до 1000В, ценных материалов и возгораний на автомобильном транспорте.

Для приведения в действие порошкового огнетушителя ОП-10 необходимо нажать на пусковой рычаг и направить струю порошка на очаг горения через выкидную насадку.

Внутренние пожарные краны:

Предназначены для тушения водой твердых сгораемых материалов и горючих жидкостей и для охлаждения ближайших резервуаров.

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

Асбестовое полотно, войлок (кошма): Используется для тушения небольших очагов горения любых веществ. Очаг горения накрывается асбестовым или войлочным полотном с целью прекращения к нему доступа воздуха.

Песок:

Применяется для механического сбивания пламени и изоляции горящего или тлеющего материала от окружающего воздуха. Подается песок в очаг пожара лопатой или совком.

**Обязанности и действия персонала при возникновении пожара.**

При обнаружении пожара немедленно сообщить в пожарную охрану по телефону «01» или по мобильному телефону на номер «112»:

адрес объекта;

место и причину возникновения пожара;

есть ли опасность для людей;

телефон для связи;

назвать свою фамилию.

Сообщить руководству, персоналу и посетителям о пожаре.

Принять меры по эвакуации людей.

При необходимости отключить электроэнергию.

Прекратить все работы, кроме ликвидации пожара.

При эвакуации из задымленных помещений обезопасить органы дыхания (закрыть влажным полотенцем или платком рот и нос) и пригнувшись ниже к полу покинуть задымленное помещение.

По возможности приступить к ликвидации пожара (огнетушителями и другими имеющимися средствами пожаротушения) и эвакуации материальных ценностей.

Встретить прибывшие пожарные подразделения и проводить их к месту пожара, предупредить об особенностях тушения пожара в данном помещении.

Каждый работник предприятия обязан изучить и знать схему эвакуации при пожаре, уметь пользоваться огнетушителями.

**Пожарные ситуации.**

Пожар: крики, паника в общественных местах.

Паника (безотчетный страх) – это психологическое состояние, вызванное угрожающим воздействием внешних условий и выраженное в чувстве острого страха, охватывающего человека или множество людей, неудержимо и неконтролируемо стремящихся избежать опасной ситуации. Паника может возникнуть даже тогда, когда отсутствует реальная угроза, а люди поддаются массовому психозу. При этом у многих притупляется сознание, теряется способность правильно воспринимать и оценивать обстановку.

Панические реакции у детей, подростков, женщин и пожилых людей проявляются в виде сильной расслабленности, вялости действий, общей заторможенности и крайней степени полной неподвижности, когда человек физически не способен действовать и выполнять команды.

Остальные люди, как правило, хаотически движутся, стремясь поскорее убежать от реальной или мнимой опасности.

Крики «Пожар!» и паника страшны тем, что люди, стремясь поскорее покинуть горящее помещение, скапливаются у выходов и закупоривают их. Многие из бегущих людей в принципе способны к объективной оценке ситуации и разумным действиям, однако они сами препятствуют собственной эвакуации, испытывая безотчетный страх и заражая им других, поэтому нуждаются в руководстве их действиями.

Ваши действия:

1. Входя в любое общественное место, постарайтесь запомнить свой путь; обращайте внимание на расположение основных и запасных выходов; не теряйте ориентировку; держите детей за руку.

2. Услышав крики «Пожар!», сохраняйте спокойствие и выдержку, призывайте к этому рядом стоящих людей, особенно женщин. Оцените обстановку, убедитесь в наличии реальной опасности (возможно, кто-то этим криком хочет привлечь внимание людей).

3. Стоя на месте, внимательно оглядитесь вокруг; увидев телефон или кнопку пожарной сигнализации, сообщите о пожаре в пожарную охрану (не считайте, что это кто-то сделает за вас) и начинайте спокойно двигаться к ближайшему выходу. Если имеется возможность справиться с огнем, потушите пожар с помощью находящихся рядом людей, используя средства пожаротушения и подручные средства; немедленно оповестите об этом окружающих, чтобы успокоить людей.

4. При заполнении помещения дымом или отсутствии освещения постарайтесь идти к выходу, держась за стены, поручни и т.п.; дышите через носовой платок или рукав одежды; ведите детей впереди себя, держа их за плечи.

5. В любой обстановке сохраняйте выдержку и хладнокровие, своим поведением успокаивая окружающих, и не давайте разрастаться панике. Примите на себя руководство по спасению людей! Двигаясь в толпе, пропускайте вперед детей младшего возраста, женщин и престарелых, сообща сдерживайте обезумевших людей. Помогите тем, кто скован страхом и не может двигаться; для приведения их в чувство дайте пощечину, разговаривайте спокойно и внятно, поддерживайте их под руки.

6. Оказавшись в давке, согните руки в локтях и прижмите их к бокам, сжав кулаки; защищайте бока от сдавливания. Наклоните корпус назад, уперев ноги спереди, и попытайтесь сдерживать напор спиной, освободив пространство впереди и медленно двигаясь по мере возможности. Помогайте подниматься сбитым с ног людям. Если вас сбили с ног, постарайтесь встать на колено и, опираясь на пол руками, другой ногой резко оттолкнитесь, рывком выпрямите тело. Заслоняйте детей спиной или посадите их к себе на плечи.

7. Если вы находитесь в многоэтажном здании, не пытайтесь воспользоваться лифтами, спускайтесь по лестнице; не поддавайтесь желанию выпрыгнуть в окно с большой высоты. При невозможности выйти наружу отступите в не занятые огнем помещения и там дожидайтесь помощи пожарных. Выбравшись из толпы, окажите помощь пострадавшим из-за паники, перенесите их на свежий воздух, расстегните одежду и вызовите «скорую помощь».

Действия при пожаре в офисе.

Ваш офис с большой вероятностью может загореться при:

размещении электроприборов и ламп близко к шторам, обоям и деревянным конструкциям;

одновременном включении в одну розетку большого числа электроприборов (не увлекайтесь тройником, так как суммарная мощность проводки рассчитана на 1,5 кВт);

коротком замыкании электропроводов (если они намокли, скручены или прибиты гвоздями, проклеены обоями);

использовании бензина и растворителей для чистки и стирки одежды.

Что никогда не нужно делать при пожаре – это бороться с пламенем самостоятельно, не вызывая пожарных! Если вы не справились с огнем за несколько секунд, его распространение приведет к большому пожару.

Ваши действия:

1. Немедленно вызовите сами или через других работников пожарных. Сообщите о пожаре непосредственному руководителю.

2. Не дожидаясь прибытия пожарных, начинайте с помощью других работников тушить пожар подручными средствами (огнетушителем, плотной мокрой тканью, водой от внутренних пожарных кранов на лестничных площадках). При опасности поражения электрическим током отключите электроэнергию в помещении (автомат). Помните: легковоспламеняющиеся жидкости тушить водой неэффективно. Лучше всего пользоваться огнетушителем, а при его отсутствии – мокрой тканью, песком, даже землей из цветочного горшка.

Воздержитесь от открывания окон и дверей во избежание притока воздуха к очагу пожара, не разбивайте стекол. При необходимости открыть или выбить дверь в горящую комнату прикройте руками лицо, стойте сбоку от дверного проема, чтобы вас не обожгло вырвавшимся пламенем.

3. Если ликвидировать очаг горения своими силами не представляется возможным, немедленно покиньте помещение, плотно прикрыв за собой дверь. С помощью работников поливайте дверь снаружи водой, чтобы предотвратить распространение огня. Организуйте встречу пожарных подразделений, укажите им очаг пожара и сообщите им о наличии людей в горящем помещении.

При невозможности эвакуации через лестничные марши используйте балконную пожарную лестницу, а если ее нет, то выйдите на балкон, плотно закрыв за собой дверь, и криками или другим способом привлекайте внимание прохожих и пожарных. Не пытайтесь самостоятельно перебраться на соседний балкон – это опасно!

Действия при пожаре на складе, подвале, чердаке:

Наиболее частые причины пожаров в подсобных помещениях:

использование работниками спичек, свечей при осмотре кладовых и чердаков;

короткое замыкание электропроводов при их намокании в результате протечки крыш или затоплении водой подвалов;

неправильное хранение и неосторожное обращение с горючими жидкостями, аэрозольными упаковками и захламление кладовых ненужными вещами, макулатурой;

отогревание открытым огнем (паяльной лампой, факелом) замерзших труб, проведение ремонтных сварочных работ без принятия мер безопасности.

Ваши действия:

1. Немедленно позвоните в пожарную охрану, сообщите работникам и вместе с ними постарайтесь не дать распространиться огню, используя пожарные краны с рукавами и подручные средства. 80% пострадавших на пожаре задыхается от дыма и выделяющихся при горении ядовитых веществ, поэтому не пытайтесь прорываться через задымленные лестницы на улицу при загорании кладовых и подвалов. Если вы не заняты тушением, оставайтесь в офисе до прибытия пожарных, криками и размахиванием яркими тканями привлекайте из окна или с балкона внимание прохожих.

2. Если двери подвала, чердака заперты, свяжитесь по телефону или из кабины лифта с диспетчером РЭП для вызова техника-смотрителя с ключами или взломайте дверь сами. Включите систему дымоудаления в коридоре, чтобы создать подпор воздуха, сдерживающий распространение огня по этажам. Не разбивайте окна на площадках, чтобы сквозняк не раздувал пламя.

3. При обнаружении лиц, по вине которых произошло возгорание, с помощью работников задержите их и вызовите милицию.

Действия при пожаре во дворе:

1. Немедленно позвоните в пожарную охрану и в милицию, сообщите о случившемся. Вместе с другими работниками постарайтесь локализовать очаг пожара, не дать огню перекинуться на деревянные постройки и автомобили. Если владельцев автомобилей нет на месте, поливайте автомобили для охлаждения водой, чтобы избежать взрыва баков с горючим.

2. Используйте для тушения поливальные шланги, ведра с водой, песок, огнетушители, но помните, что поливать водой горящий уголь и горючие жидкости неэффективно. Не забывайте и о своей безопасности.

3. Освободите внутридворовые дороги для проезда пожарных машин, не допускайте возникновения паники. Попросите работников закрыть окна и форточки. После ликвидации пожара вместе с работниками очистите и приведите в порядок территорию.

4. Не разводите во дворе костры для сжигания старой мебели, тары, мусора, опавших листьев, тополиного пуха. При невозможности вывоза мусора производите сжигание на открытом, очищенном от травы месте, приготовив огнетушители, песок, поливочные шланги.

1. Организация первой медицинской помощи

Первая медицинская помощь представляет собой комплекс срочных мероприятий, проводимых при несчастных случаях и внезапных заболеваниях, направленных на прекращение действия повреждающего фактора, на устранение явлений, угрожающих жизни, на облегчение страданий и подготовку пострадавшего к отправке в лечебное учреждение. Первая медицинская помощь - это простейшие медицинские действия, выполняемые непосредственно на месте происшествия, в кратчайшие сроки после травмы. Она оказывается, как правило, не медиками, а работниками, находящимися в момент происшествия непосредственно на месте происшествия или вблизи от него. Считается оптимальным сроком оказания первой медицинской помощи - 30 минут после травмы.

**Оказывающему помощь необходимо придерживаться следующих рекомендаций:**

освободить пострадавшего от дальнейшего воздействия на него опасного производственного фактора (электрического тока, химических веществ, воды и др.), оценить состояние пострадавшего, при необходимости вынести на свежий воздух, освободить от стесняющей дыхание одежды;

определить характер и степень повреждения, для чего обнажить поврежденную часть тела или снять с пострадавшего всю одежду. Раздевание и одевание пострадавшего должны производить осторожно, не вызывать болезненных ощущений или повторного повреждения;

выполнить необходимые мероприятия по спасанию пострадавшего в порядке срочности (восстановить проходимость дыхательных путей, в случае необходимости провести искусственное дыхание, наружный массаж сердца, остановить кровотечение, иммобилизовать место перелома, наложить повязку и т.п.);

поддержать основные жизненные функции пострадавшего до прибытия медицинского работника;

вызвать медицинских работников, либо принять меры для транспортировки пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

**Оказывающий помощь должен знать:**

основы работы в экстремальных условиях;

основные признаки нарушения жизненно важных функций организма человека;

правила, методы, приемы оказания первой медицинской, реанимационной помощи применительно к особенностям конкретного несчастного случая, конкретного человека;

основные способы переноски и эвакуации пострадавших.

**Оказывающий помощь должен уметь:**

быстро и правильно оценить ситуацию, ориентироваться в экстремальных условиях (в том числе в электроустановках, на воде и пр.);

оценивать состояние пострадавшего, диагностировать вид, особенности поражения (травмы);

определять вид необходимой первой медицинской помощи, последовательность проведения соответствующих мероприятий, контролировать их эффективность, при необходимости - осуществлять коррекцию мероприятий;

правильно осуществлять весь комплекс экстренной реанимационной помощи, контролировать эффективность, корректировать реанимационные мероприятия с учетом состояния пострадавшего;

временно останавливать кровотечение путем наложения жгута, давящей повязки, пальцевого прижатия сосуда;

выполнять искусственное дыхание "изо рта в рот" ("изо рта в нос") и закрытый массаж сердца и оценивать их эффективность;

накладывать повязки, косынки, транспортные шины при переломах костей скелета, тяжелых ушибах;

иммобилизовать поврежденную часть тела при переломе костей, тяжелом ушибе, термическом поражении;

оказывать помощь при поражениях электрическим током, в том числе в экстремальных условиях;

оказывать помощь при тепловом и солнечном ударах, утоплении, остром отравлении, рвоте, бессознательном состоянии;

использовать подручные средства при оказании первой медицинской помощи, при переносе, погрузке, транспортировке пострадавшего;

определять необходимость вызова скорой медицинской помощи, медицинского работника;

эвакуировать пострадавшего попутным (неприспособленным) транспортом;

пользоваться аптечкой первой помощи.

В зависимости от воздействующего фактора травмы подразделяются на механические (раны, ушибы, разрывы внутренних органов, переломы костей, вывихи), физические (ожоги, тепловой удар, обморожения, поражения электрическим током или молнией, лучевая болезнь и др.), химические (воздействия кислот, щелочей, отравляющих веществ), биологические (воздействие бактериальных токсинов), психические (испуг, шок, и др.). В зависимости от вида травмы пользуются определенным набором мер, направленных на спасение жизни и здоровья пострадавшего.

**Первая помощь при ожогах.**

Ожоги делятся на четыре степени в зависимости от площади и глубины поражения тела человека огнем, горячей водой, паром, расплавленным металлом, электрическим током, химическим действием кислот и щелочей.

Первая степень ожога характеризуется покраснением, отечностью, болезненными ощущениями, вторая - появлением пузырей, наполненных жидкостью желтоватого цвета, третья - наступлением неполного омертвления кожи, четвертая (самая тяжелая) - наличием коричневого или черного струпа различной толщины, омертвления кожи.

**Термические и электрические ожоги.** Если на пострадавшем загорелась одежда, нужно быстро набросить на него пальто, любую плотную ткань или сбить пламя водой. Первая помощь при ожогах должна быть направлена, прежде всего, на защиту пораженных участков от инфекции, микробов и на борьбу с шоком. Во избежание заражения не следует касаться руками обожженных участков кожи или смазывать пораженные участки мазями, жирами, маслами, вазелином, присыпать питьевой содой, крахмалов. Нельзя также прокалывать, вскрывать пузыри, удалять приставшую к обожженному месту мастику, канифоли, смолистые и другие вещества, так как при их удалении можно содрать обожженную кожу и создать благоприятные условия для заражения раны.

На небольшие ожоги II-IV степени накладывают стерильную повязку и закрепляют бинтом, а обширные поражения заворачивают в стерильную простыню. Одежду и обувь с обожженного места нельзя срывать, а необходимо разрезать ножницами и осторожно снимать.

При тяжелых и обширных ожогах пострадавшего необходимо завернуть в чистую простыню или ткань, не раздевая его, укрыть потеплее, напоить чаем, давать обезболивающие средства и создать покой до прибытия врача.

**Химические ожоги.** При химических ожогах глубина повреждения тканей зависит от длительности воздействия химического вещества. Поэтому важно как можно скорее уменьшить концентрацию химического вещества и время его воздействия. Для этого пораженное место сразу же промывают большим количеством проточной холодной воды в течение 15-20 минут.

Если кислота или щелочь попала на кожу через одежду, то сначала надо смыть ее водой с одежды, а потом осторожно разрезать и снять с пострадавшего мокрую одежду, после чего промыть кожу.

При попадании на тело человека серной кислоты или щелочи в твердом виде необходимо удалить ее сухой ватой или кусочком ткани, а затем пораженное место тщательно промыть водой.

При химическом ожоге полностью смыть химические вещества водой не удается. Поэтому после промывания пораженное место необходимо обработать соответствующими нейтрализующими растворами, используемыми в виде примочек (повязок). Щелочные ожоги обрабатывают 1-2%-м раствором кислоты (борной, лимонной), а кислотные - мыльным или содовым раствором.

Дальнейшая помощь оказывается так же, как и при термических ожогах.

**Первая помощь при обморожениях.**

Повреждения тканей в результате воздействия низкой температуры называется отморожением. Причины отморожения различные и при соответствующих условиях (длительное воздействие холода, ветер, повышенная влажность, тесная и мокрая обувь, неподвижное положение, плохое общее состояние пострадавшего - болезнь, истощение, алкогольное опьянение, кровопотери и т. д.) отморожение может наступить даже при температуре 3-70С. Более подвержены отморожению пальцы, кисти, стопы, уши, нос.

Первая помощь заключается в немедленном согревании пострадавшего, особенно отмороженной части тела, для чего пострадавшего надо как можно быстрее перевести в теплое помещение. Прежде всего, необходимо согреть отмороженную часть тела, восстановить в ней кровообращение.

Наиболее эффективно и безопасно это достигается, если отмороженную конечность (часть тела) поместить в теплую ванну с температурой 200С. За 20-30 минут температуру воды постепенно увеличивают до 400С.

После ванны (согревания) поврежденные участки надо высушить (протереть), закрыть стерильной повязкой и тепло укрыть. Нельзя смазывать их жиром и мазями, так как это значительно затрудняет последующую первичную обработку. Отмороженные участки тела нельзя растирать снегом, так как при этом усиливается охлаждение, а льдинки ранят кожу, что способствует инфицированию (заражению) зоны отморожения; нельзя растирать отмороженные места также варежкой, суконкой, носовым платком. Можно производить массаж чистыми руками, начиная от периферии к туловищу.

При отморожении ограниченных участков тела (нос, уши) их можно согревать с помощью тепла рук оказывающего первую помощь.

До входа или внесения пострадавшего в помещение следует наложить на отмороженное место теплоизолирующую повязку, обернуть клеенкой. На конечности наложить шины Крамера или шины из подручных средств. Обеспечить покой. Повязку следует оставить до появления чувства жара, тепла. Дать аспирин, анальгин, крепкий чай, кофе.

Первая помощь при поражении электрическим током.

При поражении электрическим током необходимо как можно скорее освободить пострадавшего от действия тока, так как от продолжительности этого действия зависит тяжесть электротравмы.

Для отделения пострадавшего от токоведущих частей или провода напряжением до 1000 В следует воспользоваться канатом, палкой, доской или каким-либо другим сухим предметом, не проводящим электрический ток.

Следует помнить о том, что оказывающий помощь должен сам строго соблюдать меры предосторожности, чтобы не попасть под действие электрического тока.

После освобождения пострадавшего от действия электрического тока необходимо оценить его состояние. Признаки, по которым можно быстро определить состояние пострадавшего, следующие: а) сознание; б) цвет кожных покровов и видимых слизистых (губ, глаз); в) дыхание; г) пульс на сонных артериях; д) зрачки.

Если у пострадавшего отсутствуют сознание, дыхание, пульс, кожный покров синюшный, а зрачки широкие (0,5 см в диаметре), можно считать, что он находиться в состоянии клинической смерти и немедленно приступать к оживлению организма с помощью искусственного дыхания по способу " изо рта в рот " или " изо рта в нос " и наружного массажа сердца.

Если пострадавший дышит очень редко и судорожно, но у него прощупывается пульс, необходимо сразу же начать искусственное дыхание.

Приступив к оживлению, нужно позаботиться о вызове врача или скорой медицинской помощи.

При поражении молнией оказывается та же помощь, что и при поражении электрическим током.

## Искусственное дыхание.

Искусственное дыхание проводится в тех случаях, когда пострадавший не дышит или дышит очень плохо, а также, если его дыхание постоянно ухудшается.

Наиболее эффективным способом искусственного дыхания является способ "изо рта в рот "

Для проведения искусственного дыхания пострадавшего следует уложить на спину, расстегнуть стесняющую дыхание одежду. Прежде чем начать искусственное дыхание, необходимо в первую очередь обеспечить проходимость верхних дыхательных путей. После этого оказывающий помощь располагается сбоку от головы пострадавшего, одну руку просовывает под шею пострадавшего, а ладонью другой руки надавливает на его лоб, максимально запрокидывая голову, при этом рот пострадавшего открывается. Оказывающий помощь наклоняется к лицу пострадавшего, делает глубокий вдох открытым ртом, полностью плотно охватывает губами открытый рот пострадавшего и делает энергичный выдох, с некоторым усилием вдувая воздух в его рот, одновременно он закрывает нос пострадавшего щекой или пальцами руки, находящейся на лбу. При этом надо обязательно наблюдать за грудной клеткой пострадавшего, которая поднимается. Как только грудная клетка поднялась, нагнетание воздуха приостанавливают, оказывающий помощь поворачивает лицо в сторону, происходит пассивный выдох у пострадавшего.

Если у пострадавшего хорошо определяется пульс и необходимо проводить только искусственное дыхание, то интервал между искусственными вдохами должен составлять 5 сек. (12 дыхательных циклов в минуту).

Если челюсти пострадавшего плотно стиснуты и открыть рот не удается, следует проводить искусственное дыхание "изо рта в нос".

При отсутствии самостоятельного дыхания и наличии пульса искусственное дыхание можно выполнять и в положении сидя или в вертикальном. При этом как можно больше запрокидывают голову пострадавшего назад или выдвигают вперед нижнюю челюсть. Остальные приемы те же.

Прекращают искусственное дыхание после восстановления у пострадавшего глубокого и ритмичного самостоятельного дыхания.

В случае отсутствия не только дыхания, но пульса на сонной артерии, делают подряд два искусственных вдоха и приступают к наружному массажу сердца.

**Наружный массаж сердца.**

При поражении электрическим током может наступить не только остановка дыхания, но и прекратиться кровообращение, когда сердце не обеспечивает циркуляции крови по сосудам. Если надавить на грудину толчкообразными движениями, то кровь будет выталкиваться из полостей сердца почти так же, как это происходит при его естественном сокращении. Это называется наружным (непрямым) массажем сердца, при котором искусственно восстанавливается кровообращение.

Таким образом, при сочетании искусственного дыхания с наружным массажем сердца имитируются функции дыхания и кровообращения.

При остановке сердца пострадавшего надо уложить на ровное жесткое основание.

Если помощь оказывает один человек, он располагается сбоку от пострадавшего и, наклонившись, делает два быстрых энергичных вдувания ("изо рта в рот" или " изо рта в нос"), затем поднимается, оставаясь на той же стороне от пострадавшего, ладонь одной руки кладет на нижнюю половину грудины (отступив на два пальца выше от её нижнего края), а пальцы приподнимает. Ладонь второй руки он кладет поверх первой поперек или вдоль и надавливает, помогая наклоном своего корпуса. Руки при надавливании должны быть выпрямлены в локтевых суставах.

Надавливание следует производить быстрыми толчками, так чтобы смещать грудину на 4-5 см, продолжительность надавливания не более 0,5 сек., интервал между остальными надавливаниями 0,5 сек. В паузах рук с грудины не снимают, пальцы остаются прямыми, руки полностью выпрямлены в локтевых суставах.

Если оживление проводит один человек, то на каждые два вдувания он производит 15 надавливаний на грудину. За 1 минуту необходимо сделать не менее 60 надавливаний и 12 вдуваний.

При участии в реанимации двух человек, соотношение "дыхание-массаж" составляет 1:5. Во время искусственного вдоха пострадавшего тот, кто делает массаж сердца, надавливание не производит.

После того, как восстанавливается сердечная деятельность и будет хорошо определяться пульс, массаж сердца немедленно прекращают, продолжая искусственное дыхание при слабом дыхании пострадавшего и стараясь, чтобы естественный и искусственный вдохи совпадали. При восстановлении полноценного самостоятельного дыхания искусственное дыхание также прекращают. Если сердечная деятельность или самостоятельное дыхание еще не восстановились, но реанимационные мероприятия эффективны, то их можно прекратить только при передаче пострадавшего в руки медицинского работника.

**Первая помощь при переломах, вывихах, ушибах, растяжении связок и ранениях**

Пострадавший испытывает острую боль, резко усиливающуюся при попытке изменить положение поврежденной части тела. Иногда сразу бросается в глаза неестественное положение конечности и искривление ее (при переломе) в необычном месте.

Самым главным моментом в оказании первой помощи как при открытом переломе (после остановки кровотечения и наложения стерильной повязки), так и при закрытом является иммобилизация поврежденной конечности. Это значительно уменьшает боль и предотвращает дальнейшее смещение костных отломков. Для иммобилизации используются готовые шины, а также палка, доска, линейка, кусок фанеры и т.п.

При закрытом переломе не следует снимать с пострадавшего одежду - шину нужно накладывать поверх нее. К месту травмы необходимо прикладывать "холод" (резиновый пузырь со льдом, снегом, холодной водой, холодные примочки и т.п.) для уменьшения боли.

При ранении следует знать, что всякая рана может загрязниться микробами, находящимися на ранящем предмете, на коже пострадавшего, а также в пыли, земле на руках оказывающего помощь, перевязочном материале. Необходимо соблюдать следующие правила:

нельзя промывать рану водой или каким-либо лекарственным веществом, засыпать порошком и смазывать мазями, так как это препятствует ее заживлению, способствует занесению в нее грязи с поверхности кожи и может вызвать нагноение;

нельзя убирать из раны песок, землю, камешки и т.п., так как удалить, таким образом, все, что загрязняет рану, невозможно. Нужно осторожно снять грязь вокруг раны, очищая кожу от ее краев наружу, чтобы не загрязнять рану, очищенный участок вокруг раны нужно смазать настойкой йода перед наложением повязки;

нельзя удалять из раны сгустки крови, инородные тела, так как это может вызвать кровотечение;

нельзя заматывать рану изоляционной лентой.

Для оказания первой помощи при ранении необходимо вскрыть имеющийся в аптечке индивидуальный пакет, наложить повязку. При отсутствии индивидуального пакета можно использовать чистый носовой платок, чистую ткань и т.п. Нельзя накладывать вату непосредственно на рану.

**Помощь при ранениях и кровотечениях.**

Кровотечение бывает артериальное, венозное и капиллярное. При артериальном кровь алого цвета, бьет из раны сильной непрерыв­ной струей; для остановки ее накладывают жгут. При венозном кровь темного цвета, обильно вытекает из раны струей, а при капиллярном выделяется в небольшом количестве. Наиболее опас­но артериальное кровотечение.

Кроме того, различают внутреннее кровотечение, когда кровь изливается во внутренние полости организма (груди, живота, че­репа), и наружное—при излиянии крови через рану наружу.

Капиллярное кровотечение остановить легко, достаточно на­ложить на рану давящую повязку. Перед этим кожу вокруг раны смазывают йодом, что уничтожает находящиеся на ней микробы, затем накладывают салфетку (желательно стерильную) из не­скольких слоев марли или какой-либо другой чистой хлопчатобу­мажной ткани и туго бинтуют. Если повязка намокает, сверху накладывают еще салфетку и прибинтовывают. Обычно достаточ­но такой давящей повязки и при венозном кровотечении, но при этом конечность приподнимают.

При артериальном кровотечении, особенно при повреждении крупных артерий, необходимо действовать быстро. Если знают места возможного прижатия артерий к подлежащим костям, сти­раются остановить кровотечение этим способом. Сосуд прижима­ют, сильно сдавливая пальцами. При кровотечениях на конечно­стях лучше всего наложить стандартный матерчатый или рези­новый жгут или закрутку из подручных средств ремня, куска ткани и т. д. Жгут или закрутка, накладываемые с усилием, пере­тягивают конечность и сжимают стенки кровоточащей артерии.

Накладывая эти повязки, руководствуются следующими пра­вилами:

под жгут (закрутку) на кожу кладут ткань, сложенную в несколько слоев, чтобы не ущемить складки кожи,

затягивать жгут нужно до исчезновения пульса и остановки кровотечения,- нельзя накладывать жгут слишком туго, так как возможно омертвение тканей;

под жгут (закрутку) обязательно подкладывают записку с указанием точного времени его наложения в 24-часовом исчисле­нии (например 02 ч 25 мин). Это делают для того, чтобы на ме­дицинском пункте, куда поступит пострадавший, было известно, когда следует снять жгут, чтобы избежать омертвения тканей.

Жгут или закрутку можно держать не более 1...2 ч. Если после его снятия кровотечение продолжается, его ослабляют на несколь­ко минут и вновь затягивают, одновременно прижимая пальцем кровоточащий сосуд.

Кровотечение на конечности можно остановить еще одним спо­собом: из марли или другого мягкого материала делают валик и подкладывают его под место сгиба (в подколенную ямку, подмы­шечную впадину, локтевой сгиб), одновременно с усилием сгиба­ют конечность и закрепляют ее в этом положении повязкой.

Внутреннее кровотечение остановить в порядке взаимопомощи практически нельзя. При явном внутреннем кровотечении или подозрении на него пострадавшему обеспечивают полный покой и к предполагаемой области кровотечения (живот, голова, грудь) прикладывают резиновый пузырь, полиэтиленовый мешочек со снегом или льдом (флягу или бутылку с холодной водой). Такого пострадавшего бережно, на носилках срочно транспортируют в медицинский пункт.

Для защиты раны от заражения ее поверхности нельзя касать­ся руками и задевать одеждой. Для доступа к ране одежду по­страдавшего не снимают, а разрезают и раздвигают в стороны, не трогая краев раны. Промывать рану водой нельзя, так как имеющиеся в ней микробы могут с поверхности проникнуть вглубь. Кожу вокруг раны смазывают настойкой йода, спиртом или одеколоном.

Для защиты от заражения рану закрывают чистой марлевой салфеткой, куском чистой хлопчатобумажной ткани и наклады­вают повязку, используя бинт или косынку. Нельзя извлекать из раны, попавшие в нее предметы (осколки стекла, кусочки одежды, дерева и т. д.). Лучше всего воспользоваться стерильным (обез­зараженным) индивидуальным перевязочным пакетом.

При кожных кровотечениях прикладывают тампоны, смочен­ные перекисью водорода, при носовых кровотечениях укладывают пострадавшего, приподнимают и слегка запрокидывают голову, прикладывают холодные компрессы на переносицу и затылок, в нос - тампоны, увлажненные перекисью водорода.

**Ранение живота.** При поверхностном ранении живота без на­рушения целости брюшной полости накладывают обычную повязку. Проникающие ранения живота могут наносить куски стекла, камня, обломки кирпичей, прочие предметы с острыми краями. При этом нередко наступает шок, т. е. резкий упадок сил и уг­нетение всех жизненных функций организма, сильное кровоте­чение, а при нарушении целости брюшной стенки - выпадение наружу внутренних органов.

Пострадавшего осторожно укладывают животом кверху на но­силки. Колени слегка сгибают и под них кладут валик из одежды. Выпавшие внутренние органы нельзя трогать руками и пытаться вправлять, необходимо прикрыть их стерильной марлевой сал­феткой. Поверх всей раны кладут большую марлевую салфетку (чистое полотенце) и туго бинтуют ее. Нельзя промывать рану и давать пострадавшему пить. Его как можно скорее на носилках транспортируют в медицинский пункт.

**Ранение груди.** При проникающих ранениях грудной клетки возможны опасные для жизни повреждения легких, сердца, внутриполостные кровотечения. При этом наружный воздух попадает в плевральную полость, сдавливает легкое, резко затрудняет ды­хание.

После смазывания кожи вокруг раны настойкой йода на нее накладывают герметичную повязку, чтобы не дать воздуху про­никнуть внутрь. Для этого на рану кладут марлевую салфетку с тонким слоем ваты поверх нее. Затем повязку покрывают про­резиненной оболочкой индивидуального пакета или клеенкой рану туго бинтуют при положении грудной клетки на выдохе.

Пострадавшему придают полусидячую позу с наклоном туловища в сторону ранения. В таком положении или лежа, согнув­шись на боку его, транспортируют в медицинский пункт на но­силках.

**Ранение глаз.** Глазное яблоко могут повредить различные ос­колки и другие острые предметы. На поврежденный глаз (гла­за) накладывают повязку и направляют пострадавшего во врачебный меди­цинский пункт.

Начальник департамента АХД В.Г. Шафранов