

СОГЛАСОВАНО

Председатель профкома

Зуф | Зуфа А |  
протокол № 2 от «21» 03 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Специалист по охране труда

Султанов | Терасинов СФ |  
«25» 03 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель МДОУ « Детский сад  
« Дюймовочка»

/ О.А. Колтунова/

Приказ № 48/01-44 от "25".03.2024г.

## ПРОГРАММА

### первичного инструктажа по охране труда на рабочем месте сторожа МДОУ « Детский сад « Дюймовочка»

#### 1. Общие положения

1.1. Настоящая программа разработана в соответствии с Постановлением Правительства РФ от 24.12.2021 № 2464 "О порядке обучения по охране труда и проверки знания требований охраны труда", вступившем в силу с 1 сентября 2022 года; разделом X «Охрана труда» Трудового кодекса Российской Федерации от 30.12.2001г № 197-ФЗ с изменениями, вступившими в силу с 25 июля 2022 года; с учетом Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» и иных нормативных правовых актов по охране труда, Уставом и Правилами внутреннего трудового распорядка.

1.2. Данная программа составлена для проведения первичного инструктажа на рабочем месте сторожа в целях предупреждения и профилактики опасностей, минимизации повреждения его здоровья и предотвращения аварийных ситуаций на рабочем месте.

1.3. Программа определяет содержание первичного инструктажа, который включает информирование об организации охраны труда на рабочем месте, общих сведениях об условиях труда, порядке подготовки к работе и её окончании, ознакомление с безопасными приемами (методами) работы и инструкциями по охране труда по должности и рабочему месту, порядком действий при возникновении аварийных ситуаций на рабочем месте.

1.4. Проведение первичного инструктажа на рабочем месте является профилактическим мероприятием по охране труда, направленным на предотвращение случаев производственного травматизма и профессиональных заболеваний, снижение их последствий и является специализированным процессом получения знаний, умений и навыков.

1.5. Первичный инструктаж по охране труда проводится до начала самостоятельной работы, а также для лиц, проходящих производственную практику.

1.6. Первичный инструктаж по охране труда на рабочем месте сторожа проводится непосредственным руководителем - заместителем по административно-хозяйственной части

(завхозом) и учитывает условия труда работника, воздействующие вредные и (или) опасные производственные факторы, источники опасности, установленные по результатам СОУТ и оценки профессиональных рисков.

1.7. Данный первичный инструктаж заканчивается проверкой знания требований охраны труда. Результаты проведения инструктажа оформляются в журнале регистрации инструктажа на рабочем месте.

## 2. Тематический план первичного инструктажа по охране труда на рабочем месте сторожа

№ п/п	Содержание программы	Объем, мин
1	Организация охраны труда на рабочем месте	10 мин
2	Общие сведения об условиях труда сторожа	15 мин
3	Порядок подготовки к работе	10 мин
4	Безопасные приемы и методы работы сторожа	15 мин
5	Порядок окончания работы	5 мин
6	Аварийные ситуации, которые могут возникнуть на рабочем месте	10 мин
7	Оказание первой помощи	10 мин
8	Ознакомление с инструкциями по охране труда по должности и рабочему месту	15 мин
<b>Итого</b>		<b>1 час 30 мин</b>

## 3. Организация охраны труда на рабочем месте

3.1. Помещение сторожа (вахта) проверено специалистом по охране труда, лицом, ответственным за обеспечение пожарной безопасности и соответствуют нормам и требованиям охраны труда и пожарной безопасности.

3.2. Мебель проверена на безопасность, пожарная сигнализация, тревожная кнопка, средства связи, автономные переносные фонари находятся в рабочем состоянии.

3.3. На рабочем месте сторожа имеются первичные средства пожаротушения (огнетушители), медицинская аптечка.

3.4. У сторожа имеются необходимые инструкции по охране труда и пожарной безопасности, инструкция (приказ, положение) по организации пропускного, внутриобъектового режима.

3.5. На видном месте на вахте размещен уголок охраны труда, где находятся инструкции по охране труда и инструкции о порядке действий сторожа в экстренных ситуациях, номера телефонов полиции, скорой помощи, пожарной охраны и аварийных служб.

### 3.6. Требования к размещению и хранению оборудования

3.6.1. Телефонный аппарат, монитор персонального компьютера для осуществления видеонаблюдения располагаются на столе.

3.6.2. Фонари с автономным питанием располагаются в ящиках стола.

3.7. Выполняя должностные обязанности, сторож должен выполнять следующие требования охраны труда:

- соблюдать требования охраны труда, пожарной и электробезопасности при осуществлении дежурства;
- соблюдать требования производственной санитарии, правила личной гигиены;
- содержать свое рабочее место, мебель в чистоте и порядке, бережно относиться к имуществу;
- соблюдать требования по эксплуатации при работе с телефонным аппаратом, фонарями с автономным питанием, тревожной кнопкой, пожарной сигнализацией, входными дверями и замками;

- заботиться о личной безопасности и личном здоровье, а также о безопасности окружающих в процессе выполнения работ;
- выполнять только ту работу, которая относится к должностным обязанностям сторожа и поручена непосредственным руководителем, при создании условий безопасного ее выполнения;
- сообщать непосредственному руководителю о любой ситуации, угрожающей жизни или здоровью, о каждом произошедшем несчастном случае, факте проникновения посторонних в здание и (или) на территорию;
- знать способы сообщения спецслужбам и администрации обо всех происходящих нештатных ситуациях во время дежурства;
- знать номера телефонов экстренных и аварийных служб;
- знать местонахождение и требования по использованию тревожной кнопки;
- знать способы предотвращения аварийных ситуаций;
- знать порядок действий при возникновении пожара, террористической угрозе или иной чрезвычайной ситуации, сигналы оповещения о пожаре;
- уметь вручную включать систему пожарной сигнализации (АПС);
- принимать меры по оказанию первой помощи пострадавшим и вызову скорой медицинской помощи, по недопущению посторонних лиц в здание и вызову полиции;
- принимать меры по тушению пожара в начальной стадии и вызову пожарной охраны, по сбережению имущества в аварийных ситуациях;
- извещать непосредственного руководителя об ухудшении состояния своего здоровья;
- проходить в установленном порядке медицинские осмотры, обучение по охране труда и пожарной безопасности;
- проходить обучение и знать приемы оказания первой помощи при несчастном случае, месторасположение аптечки;
- уметь пользоваться первичными средствами пожаротушения;
- соблюдать Правила внутреннего трудового распорядка и Устав;
- соблюдать установленные режимы труда и времени отдыха, трудовую дисциплину;
- соблюдать инструкции по охране труда.

3.8. Общее руководство работой по охране труда осуществляет прямой руководитель. Непосредственно руководство работой по охране труда осуществляет специалист по охране труда, работой по обеспечению пожарной безопасности – должностное лицо, на которое приказом возложены обязанности по обеспечению пожарной безопасности.

3.9. Сторож должен иметь I квалификационную группу по электробезопасности.

#### **4. Общие сведения об условиях труда сторожа**

4.1. Рабочим местом сторожа является оборудованное рабочее место (вахта) и (или) служебное помещение в здании, расположенное у главного выхода на 1 этаже.

4.2. На рабочем месте сторож осуществляет охрану здания, сооружений и имущества.

4.3. Рабочее место сторожа оборудовано необходимой мебелью (стол, стул), средствами связи, тревожной кнопкой, огнетушителями, медицинской аптечкой, переносными фонарями.

4.4. В случае организации видеонаблюдения в здании и по периметру, рабочее место сторожа обеспечивается персональным компьютером, на мониторе которого отображается соответствующее видео с камер наблюдения.

4.5. Сторож периодически выполняет обход внутри здания, а также территории. Осуществляет закрытие и открытие ворот и калитки, входных дверей в здание.

4.6. Опасные и (или) вредные производственные факторы, воздействующие на сторожа в процессе работы, отсутствуют.

4.7. Перечень профессиональных рисков и опасностей при работе сторожем:

нарушение остроты зрения при недостаточной освещённости рабочего места, при работе в темное время суток;

- поражение электрическим током при использовании неисправных электрических розеток, выключателей, электроприборов;
- травмирование осколками стекла при возможном разбитии стекол хулиганами;
- враждебно настроенные посетители и злоумышленники;
- напряжение и снижение концентрации внимания.

#### 4.8. Опасными зонами являются:

- люки, различные травмирующие факторы на территории при осуществлении обхода;
- прилегающие к зданиям территории, находящиеся в зоне схода с крыш снега и падения сосулек;
- электрощитовая в здании;
- территория подъезда спецтранспорта.

4.9. Сторож в рамках организационной деятельности принимает участие в совещаниях, проводимых непосредственным руководителем.

#### 4.10. Режим работы сторожа:

4.10.1. Сторож обязан соблюдать действующие Правила внутреннего трудового распорядка и графики работы, которыми предусматривается: время начала и окончания работы (смены), перерыва для отдыха и питания, чередование смен и другие вопросы использования рабочего времени.

4.10.2. Сторож работает в посменном режиме по графику, составленному, исходя из 40-часовой рабочей недели, утвержденному прямым руководителем по представлению непосредственного руководителя.

4.10.3. Сторож выполняет свои должностные обязанности под руководством непосредственного руководителя - заместителя руководителя по административно-хозяйственной части (завхоза), выполняет указания иных заместителей, наделенных административными полномочиями, связанные с трудовой деятельностью, а также приказы, распоряжения и иные локальные нормативные акты.

#### 4.11. Сторожу требуется применение в работе следующих индивидуальных средств защиты:

- костюм для защиты от общих производственных загрязнений и механических воздействий – 1 шт.
- сапоги резиновые с защитным подноском – 1 пара;
- перчатки с полимерным покрытием – 12 пар.

4.12. На рабочем месте и в иных помещениях курение запрещено.

## **5. Порядок подготовки к работе**

5.1. Проверить годность к эксплуатации и применению средств индивидуальной защиты. Надеть полагающуюся по нормам спецодежду, застегнуть на все пуговицы, убрать из карманов острые и режущие предметы. Не застёгивать одежду булавками и иголками.

5.2. Убедиться в наличии первичных средств пожаротушения, срока их пригодности и доступности.

5.3. Убедиться в наличии ключей, в работе телефона и наличии телефонной связи, функционировании АПС (на приборе), свободного доступа к тревожной кнопке.

5.4. Проверить комплектность, исправность необходимого для выполнения работы оборудования и приспособлений, убедиться в наличии и исправности специальных средств, которые понадобятся во время работы, ручных автономных фонарей.

5.5. Произвести осмотр вверенной территории и помещений, убедиться в целостности ограждения территории, целостности окон, наличии освещения. Убедиться в исправности запоров и замков.

- 5.6. Ознакомиться с записями в сменном журнале, все неясные вопросы выяснить у сменщика и непосредственного руководителя.
- 5.7. Принять смену, зафиксировав записью в журнале приема дежурств, указать обнаруженные недостатки.
- 5.8. Привести рабочее место в безопасное состояние, убрать ненужные предметы и материалы, освободить проходы и убедиться в достаточности освещения.
- 5.9. Убедиться в устойчивости мебели (стол, стул), ее исправности и отсутствии травмирующих факторов.
- 5.10. При использовании персонального компьютера и видеонаблюдения убедиться в их работе, в отсутствии каких-либо предметов на электроприборах.
- 5.11. Приступать к работе разрешается после выполнения подготовительных мероприятий и устранения всех недостатков и неисправностей.

## **6. Безопасные приемы и методы работы сторожа**

- 6.1. Убедиться, что все окна, а также входы в подвальные помещения закрыты. Закрыть калитки, въездные ворота на территории, а также все двери в здании.
- 6.2. При закрытии дверей, калиток и ворот соблюдать осторожность, предотвращать травмирование пальцев рук.
- 6.3. В процессе работы соблюдать санитарно-гигиенические нормы и правила личной гигиены.
- 6.4. Не выполнять действий, которые потенциально способны привести к несчастному случаю.
- 6.5. Быть внимательным в работе, не отвлекаться посторонними делами.
- 6.6. Не допускать проникновения на территорию и в здание посторонних лиц.
- 6.7. Во время разговора с посторонними лицами располагаться к ним лицом и не подходить близко.
- 6.8. Не брать от неизвестных людей вещи, свертки, пакеты, сумки для передачи их работникам.
- 6.9. При обходе обращать внимание на целостность окон, дверей и замков, на подозрительные пакеты и свертки, коробки.
- 6.10. Перед выходом из освещенного участка на менее освещенный остановиться и подождать пока зрение адаптируется, после этого продолжить движение.
- 6.11. Передвигаться по территории спокойным шагом, лицом по направлению движения, во время ходьбы быть внимательным и контролировать изменение окружающей обстановки. При возникновении опасности изменить направление движения и покинуть опасную зону.
- 6.12. Вход и въезд посторонних лиц и транспорта на территорию в нерабочее время запрещен.
- 6.13. Не применять для освещения и отопления опасные и неисправные приборы, не использовать переносные отопительные приборы с инфракрасным излучением и с открытой спиралью, а также кипятильники, плитки и не сертифицированные удлинители.
- 6.14. При внезапном отключении электроэнергии не использовать для освещения свечи, спички. При отсутствии аварийного освещения использовать переносные фонари с автономным питанием.
- 6.15. Соблюдать порядок на рабочем месте, не загромождать его, а также проходы и выходы, подходы к первичным средствам пожаротушения.
- 6.16. Во время работы сторожу запрещено:
- покидать объект дежурства, либо поручать его охрану другим лицам;
  - спать, отключать средства связи;
  - оставлять открытыми входы в здание, полностью открывать окна;
  - впускать в здание посторонних лиц;
  - хранить на рабочем месте легковоспламеняющиеся жидкости и взрывоопасные вещества, использовать открытый огонь;
  - включать громко радио, заниматься посторонними делами;
  - подходить на близкое расстояние к нарушителям;

- прикасаться к оборванным электропроводам, подходить к ним близко на территории;
- сушить и складывать на отопительных приборах одежду, обувь и другие предметы.

6.17. Правила поведения при общении с посторонними лицами:

- вежливое и корректное обращение;
- постараться наладить психологический контакт;
- разговаривать спокойно и сдержанно;
- обосновать свои требования с точки зрения закона и выгоды для оппонента;
- предложить мирные способы решения проблемы;
- не воспринимать слова оппонента как личное оскорбление;
- не провоцировать агрессивные действия, делая упор на методы убеждения;
- действовать в строгом соответствии с законом и должностной инструкцией.

6.18. При использовании электрооборудования сторожу запрещается:

- самостоятельно заменять перегоревшие осветительные лампы и устранять любые возникшие неисправности в электрических устройствах;
- дотрагиваться до поврежденных или неисправных выключателей, штепсельных розеток, вилок, к проводам и шнурам питания с поврежденной изоляцией, к открытым токоведущим частям оборудования;
- включать в электросеть и отключать от неё электроприборы мокрыми руками;
- допускать попадания влаги на поверхности используемых электроприборов;
- выполнять выключение рывком за шнур питания;
- передвигать включенные в электрическую сеть электроприборы;
- размещать на электроприборах предметы (бумагу, ткань, вещи и т.п.);
- разбирать включенные в электросеть приборы;
- сгибать и заземлять шнуры питания.

6.19. Сторожу следует придерживаться правил передвижения в здании и на территории:

- во время ходьбы быть внимательным, не ходить по неосвещенным участкам без использования фонарей;
- при передвижении по лестничным пролетам соблюдать осторожность, не наклоняться за перила, не перешагивать через ступеньки;
- обращать внимание на неровности в холлах и вестибюлях, на территории, на люки колодцев и бордюры, обходить их и остерегаться падения;
- не проходить ближе 1,5 метра от здания.

6.20. Требования, предъявляемые к применению средств индивидуальной защиты сторожем:

- костюм для защиты от общих производственных загрязнений и механических воздействий застегивать на все пуговицы, должен полностью закрывать туловище, руки до запястья;
- не хранить в карманах острые и бьющиеся предметы;
- сапоги резиновые с защитным подноском должны быть по размеру;
- перчатки с полимерным покрытием не должны соскальзывать с рук.

6.21. Не открывать самостоятельно помещения, сданные под охрану, и не допускать к ним посторонних лиц.

6.22. Во время работы сторожем следует избегать конфликтных ситуаций, которые могут вызвать нервно-эмоциональное напряжение и отразиться на безопасности труда.

6.23. В целях соблюдения правил личной гигиены и эпидемиологических норм сторожу следует мыть руки с мылом, использовать кожные антисептики после соприкосновения с загрязненными предметами, перед началом и по окончании работы, после посещения туалета, перед приемом пищи.

6.24. Запрещается нарушать требования первичного инструктажа сторожа, выполнять работу, находясь в состоянии алкогольного опьянения либо в состоянии, вызванном потреблением наркотических средств, психотропных, токсических или других одурманивающих веществ, а

также распивать спиртные напитки, употреблять наркотические средства, психотропные, токсические или другие одурманивающие вещества на рабочем месте или в рабочее время.

## **7. Порядок окончания работы**

7.1. По окончании работы сторожу следует внимательно осмотреть рабочее место, привести его в порядок.

7.2. Выключить из сети питания электроприборы.

7.3. Удостовериться, что помещение дежурства приведено в пожаробезопасное состояние, огнетушители находятся в установленных местах. При окончании срока эксплуатации огнетушителя сообщить лицу, ответственному за пожарную безопасность, для последующей перезарядки. Проконтролировать установку перезаряженного огнетушителя.

7.4. Обо всех происшествиях, выявленных неисправностях и фактах порчи имущества следует сообщить непосредственному руководителю и сделать запись в соответствующем журнале. Сдать дежурство сменщику с записью в журнале.

7.5. Снять и привести в порядок спецодежду, осмотреть ее и убрать в установленное для хранения место, при необходимости сдать в стирку, ремонт.

7.6. Вымыть руки с мылом или аналогичными по действию моющими средствами.

7.7. Сообщить непосредственному руководителю о недостатках, влияющих на безопасность труда и пожарную безопасность, обнаруженных во время трудовой деятельности.

## **8. Аварийные ситуации, которые могут возникнуть на рабочем месте**

8.1. Не допускается сторожу приступать к работе при плохом самочувствии или внезапной болезни. При ухудшении состояния здоровья, в том числе при проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления) следует известить непосредственного руководителя.

8.2. Перечень основных возможных аварийных ситуаций, которые могут возникнуть на рабочем месте сторожа и причины их вызывающие:

- попытка проникновения посторонних лиц на территорию и в здание;
- обнаружение взлома дверей, окон, замков или пломб (печатей), хищения имущества вследствие незаконных действий посторонних лиц;
- прорыв водопроводной, канализационной, отопительной системы в здании вследствие износа;
- ощущение запаха газа или выявление прорыва трубопроводов на территории вследствие износа;
- пожар, возгорание, задымление вследствие неисправности электрооборудования.

8.3. При выявлении попыток проникновения посторонних лиц на территорию или в здание сторож должен:

- достаточно громко предупредить нарушителей о недопустимости их действий и настоять на том, чтобы он покинули территорию;
- при получении отказа от посторонних лиц на предложение покинуть охраняемую территорию немедленно воспользоваться тревожной кнопкой, по номеру телефона 02 (102 – с мобильного) вызвать полицию, а затем сообщить о происшествии заместителю руководителя по обеспечению безопасности или непосредственному руководителю;
- при наличии у нарушителей автотранспорта записать или запомнить марку, цвет и государственный номер автотранспорта.

8.4. При обнаружении взлома дверей, окон, замков или пломб (печатей), хищения имущества немедленно, не оставляя пост, сообщить заместителю руководителя по обеспечению безопасности или непосредственному руководителю, в полицию по телефону 02 (102 – с мобильного) и обеспечить охрану следов преступления до прибытия представителей полиции.

8.5. При прорыве водопроводной, канализационной, отопительной системы в здании оперативно сообщать о происшествии непосредственному руководителю.

8.6. При ощущении запаха газа или выявления прорыва трубопроводов на территории (водоснабжения, централизованного отопления и др.) вызвать по телефону соответствующую специализированную аварийную бригаду (04, 104 с мобильного - служба газа), сообщить непосредственному руководителю.

8.7. В случае возникновения задымления или возгорания в здании (на территории) сторож должен вызвать пожарную охрану по телефону 01 (101 – с мобильного), сообщить прямому руководителю. При условии отсутствия угрозы жизни и здоровью принять меры к ликвидации пожара в начальной стадии с помощью первичных средств пожаротушения. Открыть въездные ворота, проинформировать пожарных о месте возгорания, кратчайшем пути подъезда, а также о том, что горит.

8.8. Информацию обо всех выявленных во время дежурства замечаниях и происшествиях занести в соответствующий журнал.

8.9. Правила применения огнетушителей:

- поднести огнетушитель к очагу пожара (возгорания);
- сорвать пломбу;
- выдернуть чеку за кольцо;
- путем нажатия рычага огнетушитель приводится в действие, при этом следует струю огнетушащего вещества направить на очаг возгорания.

8.10. Общие рекомендации по тушению огнетушителями:

- при тушении пролитых легковоспламеняющихся и горючих жидкостей тушение необходимо начинать с передней кромки, направляя струю порошка на горящую поверхность, а не на пламя;
- горящую вертикальную поверхность следует тушить снизу вверх;
- наиболее эффективно тушить несколькими огнетушителями группой лиц;
- после использования огнетушителя необходимо заменить его новым, годным к применению.

## **9. Оказание первой помощи**

9.1. В случае получения травмы сторож должен оказать себе первую помощь, воспользовавшись аптечкой первой помощи, при необходимости вызвать скорую медицинскую помощь по телефону 03 (103 – с мобильного), поставить в известность непосредственного руководителя.

9.2. При получении травмы иным лицом оказать ему первую помощь, при необходимости вызвать скорую медицинскую помощь по телефону 03 (103 – с мобильного), сообщить непосредственному руководителю.

9.3. При оказании первой помощи и обучению приемам и методам оказания первой помощи применять инструкцию по оказанию первой помощи при несчастных случаях

9.4. Первая помощь оказывается при следующих состояниях пострадавших:

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

9.5. Оказывать первую помощь следует в соответствии с универсальным алгоритмом:

1. Оценка обстановки и устранение угрожающих факторов.



2. Определение наличия сознания у пострадавшего. Если сознания нет, то переходим к пункту 3, если есть – к пункту 7.
  3. Восстановление проходимости дыхательных путей и определение наличия дыхания. Если дыхания нет, то переходим к пункту 4, если есть – к пункту 6.
  4. Вызов скорой медицинской помощи по номеру 03 (103 или 112).
  5. Проведение сердечно-легочной реанимации. Если появились признаки жизни, то переходим к пункту 6.
  6. Поддержание проходимости дыхательных путей.
  7. Обзорный осмотр пострадавшего и временная остановка наружного кровотечения.
  8. Подробный осмотр на предмет травм и других состояний, вызов скорой медицинской помощи (если она не была вызвана ранее), выполнение необходимых мероприятий первой помощи.
  9. Придание пострадавшему оптимального положения тела
  10. Контроль состояния пострадавшего, оказание психологической поддержки.
  11. Передача пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи.
- 9.6. Первая помощь при термическом ожоге:
- на пострадавшего накинуть ткань или сбить пламя водой;
  - при небольших ожогах (1-2 степени) поместить обожженное место под проточную холодную воду на 10-20 минут, наложить стерильную повязку, доставить к врачу;
  - потерпевшего с тяжелым ожогом не раздевать, завернуть в чистую ткань, тепло укрыть, вызвать скорую помощь и не беспокоить до прибытия врача.
- 9.7. Первая помощь при химическом ожоге:
- при попадании раствора кислоты, щелочи пораженный участок кожи промыть сильно скользящей струей холодной воды в течение 20 мин;
  - ожоговую поверхность закрыть повязкой.
- 9.8. Первая помощь при ожогах верхних дыхательных путей: вынос пострадавшего на свежий воздух, придание оптимального положения (полусидя) и вызов скорой медицинской помощи.
- 9.9. Первая помощь при перегревании (тепловой удар): пострадавшего переместить в прохладное место, при наличии сознания дать выпить охлажденной воды, расстегнуть одежду. Пострадавшему без сознания придать устойчивое боковое положение. До приезда скорой помощи контролировать состояние, быть готовым к сердечно-легочной реанимации.
- 9.10. Первая помощь при отравлении через рот:
- удалить ядовитое вещество, для этого рекомендовать пострадавшему вызвать рвоту, выпив большое количество воды (5-6 стаканов) и надавив двумя пальцами на корень языка (не вызывать рвоту, если пострадавший находится без сознания);
  - до прибытия скорой медицинской помощи контролировать состояние.
- 9.11. Первая помощь при отравлении через дыхательные пути:
- убедиться, что место происшествия не представляет опасности, при необходимости использовать средства индивидуальной защиты;
  - изолировать пострадавшего от воздействия газа или паров, для этого вынести (вывести) пострадавшего на свежий воздух;
  - при отсутствии сознания придать устойчивое боковое положение, а при отсутствии дыхания приступить к сердечно-легочной реанимации.
- 9.12. Первая помощь при поражении электрическим током:
- освободить пострадавшего от действия электрического тока, отключив сеть и т.д.
  - при отсутствии дыхания, пульса осуществить реанимационные мероприятия;
  - наложить на пораженную область стерильную повязку;
  - вызвать медицинского работника и скорую помощь.
- 9.13. Первая помощь при нарушении проходимости верхних дыхательных путей  
При частичном нарушении проходимости предложить пострадавшему покашлять.

При полном нарушении проходимости предпринять меры по удалению инородного тела:

- встать сбоку и немного сзади пострадавшего ребенка (работника);
- придерживая пострадавшего одной рукой, другой наклонить его вперед;
- нанести 5 резких ударов основанием своей ладони между лопатками пострадавшего;
- проверять после каждого удара, не удалось ли устранить нарушение проходимости;
- если после 5 ударов инородное тело не удалено, следует: встать позади и обхватить пострадавшего обеими руками на уровне верхней части живота; сжать кулак и поместить над пупком большим пальцем к себе; обхватить кулак другой рукой и, слегка наклонив пострадавшего вперед, резко надавить на его живот в направлении внутрь и вверх; при необходимости надавливания повторить до 5 раз.

#### 9.14. Первая помощь при ушибе:

- приложить к ушибу пузырь со льдом или холодной водой;
- если есть ссадина, следует перевязать ее, сверху наложить пузырь со льдом;
- обеспечить больному полный покой;
- ушибленным частям тела придать немного приподнятое положение;
- при ушибе головы, грудной клетки, живота могут быть повреждены и внутренние органы, поэтому следует срочно вызвать скорую помощь.

#### 9.15. Остановка кровотечения:

Если кровь вытекает из раны наружу, - это внешнее кровотечение. Если же поверхность кожи не нарушена, что бывает при ушибах, а кровь вытекает под кожу в середину полости сустава, черепа, грудную клетку и брюшную полость, то это - внутреннее кровотечение. Сила кровотечения зависит от степени повреждения и размера кровеносного сосуда.

По виду поврежденных сосудов кровотечения бывают:

- **артериальные** (наиболее опасные) - пульсирующая алая струя крови, быстро пропитывающаяся кровью одежда пострадавшего.
- **венозные** (меньшая скорость кровопотери) - кровь темно-вишневая, вытекает «ручьём».
- **капиллярные** - при ссадинах, порезах, царапинах.
- **смешанные** - кровотечения, при которых имеются одновременно артериальное, венозное и капиллярное кровотечение.

Способы временной остановки наружного кровотечения:

- **прямое давление на рану.** Рана закрывается стерильным бинтом, после чего на область раны осуществляется давление рукой с силой, достаточной для остановки кровотечения. Допустимо давить на рану рукой в медицинских перчатках.
- **наложение давящей повязки.** Осуществляется для более продолжительной остановки кровотечения. На рану кладутся стерильные салфетки из аптечки, бинт должен раскатываться по ходу движения, по окончании наложения повязку закрепить, завязав свободный конец бинта вокруг конечности. Повязка накладывается с усилием.
- **пальцевое прижатие артерии.** Давление осуществляется в определенных точках между раной и сердцем. Выбор точек обусловлен возможностью прижатия артерии к кости. Прижатие артерии предшествует наложению кровоостанавливающего жгута и используется в первые секунды после обнаружения кровотечения.
- **максимальное сгибание конечности в суставе.** Приводит к перегибу и сдавливанию кровеносного сосуда. Для повышения эффективности в область сустава вкладывают 1-2 бинта или свернутую валиком одежду. После сгибания конечность фиксируют руками, несколькими турами бинта или подручными средствами.
- **наложение кровоостанавливающего жгута.** Применяется для более продолжительной временной остановки сильного артериального кровотечения.

**Оказание первой помощи при носовом кровотечении.** Если пострадавший находится в сознании, усадить его со слегка наклоненной вперед головой и зажать ему нос в районе крыльев носа на 15-20 минут, при этом положить холод на переносицу. Если спустя указанное время

кровотечение не остановилось, вызвать скорую медицинскую помощь, до приезда которой продолжать выполнять те же мероприятия.

**9.16. Первая помощь при обмороке (потери сознания):**

Признаки обморока: резкая бледность кожи лица и слизистых оболочек, слабый пульс, слабое дыхание, появление пота на лице. Необходимо расстегнуть одежду, которая препятствует дыханию, открыть окна или вынести потерпевшего на свежий воздух и положить его, слегка приподняв ноги, дать стакан крепкого чая. Лицо и грудь можно смочить холодной водой, но прикладывать к голове холодные примочки не следует.

**10. Ознакомление с инструкциями по охране труда по должности и рабочему месту**

1. Инструкция по охране труда для сторожа
2. Инструкция по охране труда при использовании компьютера
3. Инструкция о порядке действий при обнаружении взрывного устройства

*Программу инструктажа разработал:* \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /