

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МКОУ  
«Зайцевская СОШ»  
О.В. Келлер  
Приказ № 48/0 от 24.11.2021



## Сборник инструкций по технике безопасности для учителя информатики

## СОДЕРЖАНИЕ

- Инструкция № 1.** По охране труда для учителя информатики и ИКТ
- Инструкция № 2.** По охране труда для учителя в кабинете информатики
- Инструкция № 3.** По технике безопасности для учащихся в кабинете информатики
- Инструкция № 4.** По охране труда для учащихся при практических работах в кабинете информатики
- Инструкция № 5.** По пожарной безопасности при работе в кабинете информатики
- Инструкция № 6.** По охране труда при работе с компьютером, принтером, ксероксом и другой оргтехникой
- Инструкция № 7.** Правила техники безопасности в кабинете информатики
- Инструкция № 8.** По оказанию первой доврачебной помощи
- Инструкция № 9.** Вводный инструктаж по технике безопасности в кабинете информатики

# ИНСТРУКЦИЯ №1 по охране труда для учителя информатики и ИКТ

## 1.1. Общие требования инструкции по охране труда учителя информатики

1.1.1. К работе учителем информатики допускаются лица обоего пола, достигшие 18 лет, имеющие соответствующее профилю педагогическое образование, изучившие настоящую *инструкцию по охране труда для учителя информатики* школы, прошедшие медицинский осмотр, вводный инструктаж по охране труда.

1.1.2. Учитель информатики обязан:

- знать свои должностные обязанности согласно должностной инструкции учителя информатики общеобразовательной школы, инструкцию по пожарной безопасности для кабинета информатики;
- пройти вводный инструктаж и инструктаж на рабочем месте;
- руководствоваться в работе правилами внутреннего трудового распорядка;
- режим труда и отдыха определяется графиком его работы;
- соблюдать правила техники безопасности при работе с компьютерами, инструкцию по охране труда для учителя информатики.

Учителю необходимо соблюдать инструкцию по охране труда в кабинете информатики, инструкцию по охране труда учителя информатики, инструкции по технике безопасности для кабинета информатики.

1.1.3. Травмоопасность в кабинете информатики:

- при включении в электросеть компьютеров, принтеров, других технических средств;
- электромагнитное излучение работающего монитора;
- возгорание аппаратуры, периферийных устройств;
- при ремонте компьютеров и других технических средств.

1.1.4. О случаях травматизма сообщать администрации школы.

1.1.5. Соблюдать технику безопасности труда и требования СанПин (а) к работе с ПЭВМ.

1.1.6. Неисправную аппаратуру и комплектующие детали хранить в лаборантской.

1.1.7. Предусмотреть наличие в кабинете металлических решёток на окнах, дверь должна быть обтянута листовым металлом.

1.1.8. В кабинете необходимо иметь средства искусственной вентиляции, желательно ионизаторы воздуха.

1.1.9. Вся работающая аппаратура должна иметь заземление.

1.1.10. Несет ответственность (административную, материальную, уголовную) за нарушение требований инструкций по охране труда.

## 1.2. Требования безопасности для учителя информатики перед началом работы

1.2.1. Перед началом работы учителю информатики необходимо:

- проверить исправность электроосвещения;
- проверить исправность и рабочее состояние компьютеров и других технических средств;
- проверить безопасность рабочих мест;
- провести необходимую регулировку аппаратуры;
- проветрить кабинет информатики.
- 

## 1.3. Требования охраны труда во время работы учителя информатики и ИКТ

1.3.1. Во время работы учитель информатики должен:

- соблюдать личную безопасность труда при работе в кабинете информатики;

- при работе на компьютере соблюдать инструкцию по охране труда при работе с компьютером в кабинете информатики;
- не начинать работу при плохом самочувствии и недостаточном освещении в кабинете информатики;
- следить за соблюдением порядка и дисциплины во время занятий;
- проводить специальные упражнения для глаз через 15-20 минут работы с дисплеем;
- следить за соблюдением техники безопасности учащимися во время занятий;
- следить за соблюдением санитарно-гигиенических правил в кабинете информатики;
- не допускать учащихся к устранению неисправностей компьютерной техники;
- не оставлять без присмотра включенную аппаратуру и учащихся в кабинете.

#### **1.4. Требования техники безопасности в аварийных ситуациях**

##### **1.4.1. В аварийных ситуациях в кабинете информатики:**

- при возникновении аварийных ситуации принять меры к эвакуации учащихся;
- в случае пожара использовать инструкцию по пожарной безопасности в кабинете информатики, сообщить администрации, известить пожарную службу по телефону 101;
- отключить используемую аппаратуру от электросети;
- приступить к ликвидации аварийной ситуации;
- оказать первую помощь пострадавшим в случае травматизма;
- при внезапном заболевании учащегося вызвать медработника, сообщить родителям.

#### **1.5. Требования безопасности для учителя информатики по окончании работы**

##### **1.5.1. По окончании работы учитель информатики должен:**

- выключить компьютеры, принтеры и другие технические средства;
- протереть аппаратуру, поверхность дисплеев мягкой чистой тканью;
- проверить состояние рабочих мест;
- проконтролировать осуществление влажной уборки кабинета и лаборантской;
- произвести необходимый ремонт и регулировку аппаратуры;
- тщательно вымыть с мылом руки;
- о всех недостатках, обнаруженных во время занятий, сообщить администрации.

### **ИНСТРУКЦИЯ №2**

#### **по охране труда для учителя в кабинете информатики**

##### **2.1. Общие требования охраны труда в кабинете информатики**

2.1.1. Все положения данной *инструкции по охране труда в кабинете информатики* школы обязательны для исполнения всеми преподавателями образовательного учреждения, которые проводят учебные занятия с учениками в кабинете информатики (учителями, педагогами дополнительного образования и т.д.).

2.1.2. К самостоятельной работе в кабинете информатики получают доступ лица, которые:

- достигли возраста 18 лет, а также прошли обязательный периодический медицинский осмотр при отсутствии каких-либо медицинских противопоказаний для работы с ЦЭВМ;
- получили, как правило, высшее или средне специальное образование или имеют соответствующий опыт работы в учебном учреждении;
- успешно прошли вводный инструктаж по электробезопасности с присвоением III группы допуска;

- ознакомлены со всеми инструкциями по эксплуатации средств оргтехники (принтеры, сканеры, источники бесперебойного питания и т.п.), *инструкцией по технике безопасности в кабинете информатики*, использования ТСО.

2.1.3. Для женщин со времени установления факта беременности, время работы с ПЭВМ не должно превышать 3-х часов в день.

2.1.4. Преподаватель, проводящий учебный процесс в кабинете информатики, обязан соблюдать Правила внутреннего трудового распорядка, знать инструкцию по охране труда для учителя информатики, а также учитывать режим работы школы. Расписание учебных занятий в кабинете информатики должно определяться графиком учебных занятий, утвержденным директором учебного учреждения.

2.1.5. Опасными факторами при выполнении работ в кабинете информатики являются:

- физические факторы, такие как:
  - низкочастотные электрические и магнитные поля;
  - статическое электричество;
  - лазерное и ультрафиолетовое излучение;
  - высокая температура воздуха в помещении;
  - ионизация воздуха; высокое напряжение в электрической сети;
  - различные технические средства обучения (ТСО);
  - система вентиляции;
- химические факторы, такие как:
  - чрезмерное загрязнение воздуха пылью;
  - вредные химические вещества, которые могут выделяться во время работы принтеров и копировальной техники);
- психофизиологические факторы, такие как:
  - чрезмерное напряжение зрения и внимания;
  - повышенные интеллектуальные и эмоциональные нагрузки;
  - длительные статические перегрузки и монотонность выполняемого труда.

2.1.6. Обо всех выявленных неисправностях на рабочем месте, преподаватель, проводящий учебный процесс в кабинете информатики, должен своевременно докладывать заместителю директора по АХР, а в случае его отсутствия на рабочем месте – дежурному администратору учебного учреждения или непосредственно директору школы. К таким неисправностям относятся: неисправности в работе электропроводки, лабораторного оборудования, технических средств обучения, средств вычислительной и оргтехники, сантехнического оборудования и мебели; а также наличие разбитых или треснувших стекол в оконных проемах. Затем необходимо внести соответствующую запись в журнал заявок.

2.1.7. Для обеспечения пожарной безопасности в помещении в строго определенном и легкодоступном месте должны храниться исправный огнетушитель, песок, совок и ковш.

2.1.8. Для своевременного оказания первой медицинской доврачебной помощи в аварийных ситуациях в строго определенном и легкодоступном месте помещения должна храниться медицинская аптечка, срок годности которой необходимо постоянно контролировать.

2.1.9. В кабинете информатики на видном месте должна в обязательном порядке быть размещена инструкция по охране труда для учащихся кабинета информатики, предназначенная для учеников, занимающихся в данном кабинете.

2.1.10. В начале каждого учебного года необходимо проводить с учащимися вводный инструктаж (для этого необходимо выделить отдельный урок по плану) по технике безопасности с обязательным внесением записи в соответствующий журнал.

2.1.11. В случае получения травмы кем-либо из учеников преподаватель, проводящий учебные занятия в кабинете информатики, обязан срочно сообщить о случившемся дежурному администратору и медицинскому работнику данного учебного учреждения. При необходимости преподаватель, проводящий учебные занятия в кабинете информатики, обязан своевременно оказать первую медицинскую доврачебную помощь пострадавшему.

2.1.12. В случае не соблюдения кем-либо из учеников правил техники безопасности, настоящей инструкции по охране труда для кабинета информатики со всеми учениками, занимающимися в данном кабинете, необходимо провести внеплановый инструктаж по технике безопасности, с его обязательной регистрацией в соответствующем журнале.

2.1.13. Все окна в кабинете информатики не должны иметь решеток, либо иметь распашные решетки; ключи от которых должны храниться в строго определенном и легкодоступном месте.

2.1.14. За любое нарушение данной инструкции по охране труда в кабинете информатики и ИКТ преподаватель, проводящий учебные занятия в кабинете информатики, несет персональную ответственность в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

## **2.2. Требования охраны труда перед началом работы в кабинете информатики**

2.2.1. Необходимо проверить правильность оборудования рабочих мест всех учеников и своего собственного рабочего места (установку стола, стула, подставки под ноги, люпитра, угол наклона экрана монитора, положение клавиатуры) и, при необходимости, провести все необходимые изменения с целью исключения неправильных поз и длительных напряжений мышц тела.

2.2.2. Обратить особое внимание на то, чтобы монитор ПЭВМ находился на расстоянии не менее чем 50 см от глаз (оптимально 60 – 70 см), плоскость его экрана была перпендикулярна направлению взгляда, а центр экрана находился немного ниже уровня (или на уровне) глаз.

2.2.3. Необходимо проверить исправность и надежность заземления оборудования на всех рабочих местах:

- в случае наличия дополнительного проводника для заземления ПЭВМ (в случае, если ПЭВМ получает питание через двухконтактную розетку питания, или через трехконтактную розетку, но с отсутствием заземления третьего контакта), заземляющий проводник должен иметь надежное присоединение под винт крепления встроенного источника питания системного блока ПЭВМ;
- в случае наличия защитного фильтра для экрана, он должен иметь надежное заземление на корпус системного блока ПЭВМ (например, под винт крепления встроенного источника питания системного блока); строго запрещается заземление защитного фильтра к винтам крепления разъемов связи системного блока с периферийными устройствами, а также к винтам крепления кожуха системного блока.

2.2.4. Проверить правильность расположения компьютерного оборудования:

- кабели электропитания ПЭВМ и другого оборудования (включая различные переноски и удлинители) должны располагаться с тыльной стороны рабочих мест;
- источники бесперебойного питания должны быть удалены на максимальное расстояние от всех учеников и преподавателя, проводящего учебные занятия в кабинете информатики, для исключения их вредного влияния на организм человека повышенными магнитными полями.

2.2.5. Необходимо проверить надежность подключения разъемов периферийного оборудования к системным блокам.

2.2.6. Необходимо убедиться в отсутствии засветок, световых отражений и бликов на экранах мониторов. Необходимо убедиться в отсутствии ярко освещенных предметов, которые могут попадать в поле зрения при переходе взгляда с экрана монитора на документ. Необходимо убедиться в том, что освещенность документов достаточна для четкого различения их содержания. При возможности, необходимо отрегулировать освещение и принять все возможные меры для исключения бликов и засветок на экране и в поле зрения.

2.2.7. Необходимо убедиться в отсутствии загрязнений и пыли на экранах мониторов, защитных фильтрах и клавиатурах, при необходимости, обработать их специально предназначенной для этого салфеткой.

2.2.8. Необходимо включить оборудование на рабочих местах в той последовательности, которая установлена инструкциями по эксплуатации оборудования с учетом характера выполняемых на рабочем месте работ.

2.2.9. После включения оборудования и выполнения запуска используемых в работе программ преподаватель, проводящий учебные занятия в кабинете информатики, обязан:

- убедиться в полном отсутствии дрожания и мерцания изображений на экранах мониторов;
- проконтролировать установку яркости, контрастности, цветов и размеров символов, фона на экране для обеспечения наиболее комфортного и четкого восприятия изображения учениками.

2.2.10. Необходимо оградить всех учеников от выполнения работ в случае выявления каких-либо несоответствий рабочих мест установленным в данном разделе инструкции по охране труда в кабинете информатики требованиям, а также при отсутствии возможности выполнить указанные в данном разделе подготовительные к работе действия.

### **2.3. Требования охраны труда во время работы в кабинете информатики**

2.3.1. Во время выполнения работы необходимо строгое соблюдение данной инструкции по технике безопасности в кабинете информатики, правил эксплуатации компьютерного оборудования, средств оргтехники и ТСО, инструкции по охране труда при работе на копировально-множительных аппаратах.

2.3.2. Преподаватель, проводящий учебные занятия в кабинете информатики, обязан обеспечить:

- поддержание надлежащего порядка и чистоты на своем рабочем месте, а также на рабочих местах всех учеников;
- строгое соблюдение всеми учениками требований инструкций по технике безопасности во время работы с ПЭВМ;

2.3.3. Во время проведения работы в кабинете информатики категорически запрещено:

- прикасаться к задней панели системного блока при включенном электропитании;
- выполнять переключения разъемов интерфейсных кабелей периферийных устройств при включенном электропитании;
- закрывать оборудование бумагами и какими-либо посторонними предметами;
- допускать излишнее скапливание большого количества бумаг на рабочих местах;
- проводить отключение электропитания во время выполнения активной задачи;
- в случае наличия защитного фильтра удалять его с экрана монитора;
- допускать попадание жидкостей на поверхности устройств;
- проводить самостоятельное вскрытие и ремонт любого оборудования;
- проводить вскрытие или заправку на рабочем месте картриджей лазерных принтеров и копировальной техники;
- прикасаться к нагретым элементам принтеров и копировальной техники;
- оставлять без присмотра включенную или работающую вычислительную и оргтехнику, ТСО;
- оставлять учеников в кабинете информатики одних без присмотра.

2.3.4. Режимы работы с ПЭВМ должны строиться в соответствии с «Гигиеническими требованиями к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы (СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03)» в зависимости от вида и категории выполняемой деятельности. Во время регламентированных перерывов в работе с целью уменьшения нервно-эмоционального напряжения, утомления зрительного аппарата, гиподинамии и гипокинезии, предотвращения развития тонического утомления мышц необходимо выполнять все комплексы физических упражнений, предусмотренных СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03 в соответствии с возрастными особенностями учеников.

2.3.5. Использование ионизаторов воздуха возможно только во время перерывов в работе и при отсутствии людей в помещении.

2.3.6. При открывании оконных рам необходимо обеспечить отсутствие сквозняков, которые могут повлечь за собой разбитие стекол.

## **2.4. Требования охраны труда при возникновении аварийных ситуаций**

2.4.1. В случае возникновения аварийных ситуаций, преподаватель, проводящий учебные занятия в кабинете информатики, обязан:

- при возможности, отключить неисправное оборудование от электросети;
- незамедлительно эвакуировать из кабинета всех учеников, руководствуясь схемой эвакуации и соблюдая при этом спокойствие и порядок;
- немедленно сообщить о случившемся заместителю директора по АХР, а в случае его отсутствия на рабочем месте – дежурному администратору учебного учреждения.

2.4.2. При выявлении обрывов проводов электропитания или нарушения целостности их изоляции, неисправности заземления и других повреждений электрооборудования, появления запаха гари, каких-либо посторонних звуков при работе оборудования и текстовых сигналов, сообщающих о его неисправности, необходимо немедленно прекратить выполнение работы, а также обеспечить прекращение выполнения работы всеми учениками и отключить электропитание.

2.4.3. При поражении кого-либо из учеников электрическим током необходимо принять экстренные меры по его освобождению от действия электрического тока путем отключения электропитания. После этого необходимо обратиться к медицинскому работнику учебного учреждения, а при необходимости, оказать потерпевшему первую медицинскую доврачебную помощь.

2.4.4. В случае возникновения возгорания любого оборудования в кабинете информатики необходимо пользоваться инструкцией по пожарной безопасности в кабинете информатики, немедленно отключить электропитание и срочно сообщить о случившемся в ближайшее отделение пожарной охраны, а также своему непосредственному руководителю, после чего приступить к тушению пожара всеми имеющимися в наличии средствами пожаротушения.

## **2.5. Требования охраны труда после завершения работы в кабинете информатики**

2.5.1. После завершения выполнения работы преподаватель, проводящий учебные занятия в кабинете информатики, обязан:

- проконтролировать успешное закрытие учениками всех выполняемых на ПЭВМ задач;
- отключить электропитание в той последовательности, которая установлена инструкциями по эксплуатации оборудования с учетом характера выполняемых работ;
- проконтролировать приведение в надлежащий порядок рабочих мест всех учеников;
- обеспечить организованный выход всех учеников из кабинета информатики.

2.5.2. Выключить освещение, перекрыть водопроводные краны и закрыть все окна.

2.5.3. При выявлении каких-либо неисправностей мебели, оборудования, нарушений целостности оконных стекол необходимо поставить в известность об этом заместителя директора по АХР, а при его отсутствии на рабочем месте – дежурного администратора и внести соответствующую запись в журнал заявок.

## **2.6. Заключительные положения инструкции**

2.6.1. Проверка и пересмотр данной инструкции должны осуществляться не реже одного раза в 5 лет.

2.6.2. Данная *инструкция по охране труда в кабинете информатики* должна быть досрочно пересмотрена в следующих случаях:

- при пересмотре межотраслевых и отраслевых правил и типовых инструкций по охране труда;
- при изменении каких-либо условий труда в конкретном кабинете информатики;
- при очередном внедрении новой техники и (или) технологий;
- по результатам анализа материалов расследования аварий, несчастных случаев на рабочем месте, а также профессиональных заболеваний;



- по предъявлению требования представителей органов по труду субъектов Российской Федерации или органов федеральной инспекции труда.

2.6.3. Если в течение 5 лет со дня утверждения (введения в действие) данной инструкции по охране труда в кабинете информатики условия труда в кабине информатики не меняются, то ее действие автоматически продлевается на следующие 5 лет.

2.6.4. Ответственность за своевременное внесение изменений и дополнений, а также за пересмотр данной инструкции по технике безопасности в кабинете информатики возлагается на инженера по охране труда данного учебного учреждения.

### **ИНСТРУКЦИЯ №3 по технике безопасности для учащихся в кабинете информатики**

#### **3.1. Общие требования инструкции по охране труда для учащихся в кабинете информатики**

3.1.1. К работе в кабинете информатики допускаются учащиеся с 1-го класса, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр, прошедшие ознакомление с данной инструкцией по технике безопасности для учащихся в кабинете информатики в школе.

3.1.2. Работа учащихся в компьютерном классе разрешается только в присутствии преподавателя (инженера, лаборанта).

3.1.3. Во время занятий посторонние лица могут находиться в классе только с разрешения преподавателя.

3.1.4. Во время перемен между уроками проводится обязательное проветривание компьютерного кабинета с обязательным выходом учащихся из класса.

3.1.5. При работе в кабинете информатики возможно воздействие на учащихся следующих опасных и вредных производственных факторов:

- неблагоприятное воздействие на организм человека неонизирующих электромагнитных излучений мониторов;
- неблагоприятное воздействие на зрение визуальных эргономических параметров мониторов, выходящих за пределы оптимального диапазона;
- поражение электрическим током.

3.1.6. Помните, что каждый учащийся в ответе за состояние своего рабочего места и сохранность размещенного на нем оборудования.

3.1.7. Кабинет информатики комплектуется медаптечкой с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах или при плохом самочувствии.

3.1.8. При работе в кабинете информатики необходимо соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

3.1.9. Учащиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности и со всеми учащимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

#### **3.2. Требования безопасности для учащихся перед началом работы в кабинете информатики.**

##### 3.2.1. Перед началом занятий необходимо:

- убедиться в отсутствии видимых повреждений на рабочем месте;
- разместить на столе тетради, учебные пособия так, чтобы они не мешали работе на компьютере;
- принять правильную рабочую позу;
- посмотреть на индикатор монитора и системного блока и определить, включён или выключен компьютер;
- переместите мышь, если компьютер находится в энергосберегающем состоянии или включить монитор, если он был выключен.

### **3.3. Требования безопасности во время работы учащихся в кабинете информатики**

#### **3.3.1. При работе в компьютерном классе учащимся категорически запрещается:**

- находиться в классе в верхней одежде;
- класть одежду и сумки на столы;
- находиться в классе с напитками и едой;
- располагаться сбоку или сзади от включенного монитора;
- присоединять или отсоединять кабели, трогать разъемы, провода и розетки;
- передвигать компьютеры и мониторы;
- открывать системный блок;
- включать и выключать компьютеры самостоятельно.
- пытаться самостоятельно устранять неисправности в работе аппаратуры;
- перекрывать вентиляционные отверстия на системном блоке и мониторе;
- ударять по клавиатуре, нажимать бесцельно на клавиши;
- класть книги, тетради и другие вещи на клавиатуру, монитор и системный блок;
- удалять и перемещать чужие файлы;
- приносить и запускать компьютерные игры.

#### **3.3.2. Находясь в компьютерном классе, учащиеся обязаны:**

- соблюдать тишину и порядок;
- выполнять требования преподавателя и лаборанта;
- находясь в сети работать только под своим именем и паролем;
- соблюдать режим работы (согласно п. 9.4.2. Санитарных правил и норм);
- в кабинете при выполнении практических работ по информатике необходимо строго соблюдать инструкцию для учащихся при выполнении практических работ в кабинете информатики.
- при появлении рези в глазах, резком ухудшении видимости, невозможности сфокусировать взгляд или навести его на резкость, появления боли в пальцах и кистях рук, усиления сердцебиения немедленно покинуть рабочее место, сообщить о происшедшем преподавателю и обратиться к врачу.

#### **3.3.3. Работая за компьютером, необходимо соблюдать правила:**

- расстояние от экрана до глаз – 60 – 80 см (расстояние вытянутой руки);
- вертикально прямая спина;
- плечи опущены и расслаблены;
- ноги на полу и не скрещены;
- локти, запястья и кисти рук на одном уровне;
- локтевые, тазобедренные, коленные, голеностопные суставы под прямым углом;
- приветствовать входящих в класс во время урока сидя.
- длительность работы за компьютером не должно превышать: для учащихся 1-х классов (6 лет) - 10 мин., для учащихся 2-5 классов - 15 мин., для учащихся 6-7 классов - 20 мин., для учащихся 8-9 классов - 25 мин., для учащихся 10-11 классов - при двух уроках подряд на первом из них - 30 мин., на втором - 20 мин., после чего сделать перерыв не менее 10 мин. для выполнения специальных упражнений, снимающих зрительное утомление.

### **3.4. Требования безопасности в аварийных ситуациях в кабинете информатики**

- при появлении программных ошибок или сбоях оборудования учащийся должен немедленно обратиться к преподавателю (лаборанту).
- при появлении запаха гари, необычного звука немедленно прекратить работу, и сообщить преподавателю (лаборанту).

### 3.5. Требования безопасности для учащихся по окончании работы в кабинете информатики

- после окончания работы завершить все активные программы и корректно выключить компьютер;
- оставить рабочее место чистым.

## ИНСТРУКЦИЯ №4

### по охране труда для учащихся при практических работах в кабинете информатики

#### 4.1. Общие положения инструкции по охране труда при выполнении практических работ в кабинете информатики

4.1.1. Данная разработанная *инструкция по охране труда для учащихся при выполнении практических работ в кабинете информатики* применяется при выполнении практической работ в компьютерных классах общеобразовательной школы.

4.1.2. Рабочим местом выполнения практических работ являются кабинеты информатики, оборудованные персональными компьютерами.

4.1.3. Основными вредными и опасными факторами при работе являются: мониторы, которые облучают, и токопроводящая аппаратура (кабели, системные блоки).

4.1.4. Ученик на рабочем месте должен придерживаться общих правил безопасности жизнедеятельности и правил санитарной гигиены.

#### 4.2. Требования безопасности перед выполнением практических работ в кабинете информатики

4.2.1. Перед выполнением работы, учащийся внимательно изучает ход выполнения.

4.2.2. Учащийся включает персональный компьютер только с разрешения учителя.

4.2.3. Включение персонального компьютера производится последовательно, при закрытом корпусе системного блока и монитора.

#### 4.3. Требования безопасности во время выполнении практических работ в кабинете информатики

4.3.1. При работе необходимо, чтобы экран находился на расстоянии 55-65 см. от глаз перпендикулярно линии взгляда.

4.3.2. Во время работы учащимся запрещено передвижение по классу. Необходимо избегать разных движений.

4.3.3. Не касаться экрана монитора, проводов.

4.3.4. В процессе выполнения практической работы в кабинете информатики учащимся необходимо также соблюдать инструкцию по охране труда для учащихся в кабинете информатики.

#### 4.4. Требования безопасности по окончании практических работ в кабинете информатики

4.4.1. После окончания работы учащийся оповещает учителя и последовательно отключает ПК, точно выполняя указания учителя.

4.4.2. Рабочее место учащийся оставляет аккуратно, дисциплинированно выходит из кабинета информатики.

#### 4.5. Требования безопасности и охраны труда в аварийных ситуациях

- 4.5.1. При появлении запаха гари, учащийся оставляет рабочее место и немедленно сообщает учителю информатики. Учитель информатики в свою очередь сообщает администрации школы.
- 4.5.2. Во всех случаях учащийся действует согласно с общими и специальными правилами безопасности жизнедеятельности.

#### ИНСТРУКЦИЯ №5

#### по пожарной безопасности при работе в кабинете информатики

##### 5.1. Общие требования инструкции по пожарной безопасности в кабинете информатики

5.1.1. В соответствии с Федеральным Законом РФ от 22.07.2008 года №123-ФЗ «Технический регламент о требованиях пожарной безопасности», Федеральным Законом от 21.12.1994 г. №69-ФЗ «О пожарной безопасности», Постановлением Правительства РФ от 25.04.2012 года №390 «О противопожарном режиме» учителя, учащиеся и обслуживающий персонал обязаны знать и строго выполнять правила пожарной безопасности, а в случае возникновения пожара принимать все зависящие от них меры к эвакуации детей, материальных ценностей и тушению пожара.

5.1.2. К работе в кабинете информатики допускаются только лица, прошедшие инструктаж согласно *инструкции по пожарной безопасности в кабинете информатики*.

5.1.3. В кабинете информатики запрещается:

- применять с целью отопления не сертифицированные нагревательные приборы, удлинители;
- использовать кипятильники, электрочайники, электроутюги;
- оставлять без присмотра включенные в сеть компьютеры, мультимедийный проектор, принтер, сканер, ксерокс и другую оргтехнику;
- включать в одну розетку несколько устройств.

5.1.4. В кабинете информатики следует размещать только необходимые для обеспечения учебного процесса приборы, принадлежности, пособия, которые должны храниться в шкафах, на стеллажах.

5.1.5. Ключи от решеток на окнах кабинета информатики должны находиться на вахте, где в случае пожара могут быть получены сотрудниками пожарной охраны. Решетки должны иметь возможность открытия снаружи.

5.1.6. Расстановка компьютерного оборудования в кабинете информатики не должна препятствовать эвакуации людей и подходу к средствам пожаротушения.

5.1.7. Кабинет информатики обязательно должен быть оснащен первичными средствами пожаротушения. Огнетушители должны размещаться согласно требованиям ГОСТа путем навески на вертикальные конструкции на высоте не более 1,5 м от уровня пола до нижнего торца огнетушителя. Огнетушители должны размещаться в легкодоступных местах, где исключено непосредственное воздействие на них отопительных и нагревательных приборов.

5.1.8. Повседневный контроль за сохранностью, содержанием и постоянной готовностью к действию первичных средств пожаротушения осуществляется учителем информатики, ответственным за кабинет.

5.1.9. Ответственность за обеспечение пожарной безопасности в кабинете информатики, соблюдение *инструкции по пожарной безопасности в кабинете информатики* несет учитель информатики, который проводит там занятия и который приказом директора должен быть назначен ответственным за пожарную безопасность в кабинете.

##### 5.2. Требования пожарной безопасности перед началом работы в кабинете информатики

5.2.1. Осмотреть и убедиться в исправности компьютерного оборудования, заземления электропроводки, выключателей и розеток. В случае обнаружения неисправностей к работе не

приступать. Сообщить об этом руководителю и только после устранения неполадок и его разрешения приступить к работе.

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

5.2.3. Запрещается учащимся находиться в компьютерном классе одним без преподавателя информатики, включать компьютеры без разрешения учителя.

### **5.3. Требования пожарной безопасности во время работы в кабинете информатики**

5.3.1. Запрещается использовать кабинет информатики в качестве классной комнаты для занятий по другим предметам и для проведения сборов, родительских собраний.

5.3.2. Не включать оборудование в неисправную розетку, во время работы следить, не греется ли электровилка, не нарушена ли целостность электрошнура.

5.3.3. Не приступать к работе с влажными руками.

5.3.4. Не оставлять компьютер, принтер, ксерокс, мультимедийный проектор без присмотра.

5.3.5. Не прикрывать линзу работающего мультимедийного проектора бумагой или иными предметами.

5.3.6. Не класть предметы на системный блок или монитор.

### **5.4. Требования пожарной безопасности в аварийных ситуациях**

5.4.1. При возникновении неисправности компьютерной техники, обрыва проводов питания, появления искрения, посторонних шумов, запаха гари, дыма немедленно прекратить работу, выключить аппаратуру и сообщить учителю информатики.

5.4.2. При возникновении возгорания немедленно отключить компьютер и периферийные устройства, обесточить электросеть за исключением осветительной сети, кондиционеры и вентиляцию для устранения притока воздуха, сообщить о пожаре всем работающим и приступить к тушению очага возгорания имеющимися средствами пожаротушения, сообщить о пожаре в пожарную часть по телефону 101.

5.4.3. Если на металлических частях компьютерного оборудования обнаружено напряжение (ощущение тока), заземляющий провод оборван — безотлагательно отключить оборудование, доложить руководителю о неисправности электрооборудования и без его указания к работе не приступать.

5.4.4. При прекращении подачи электроэнергии отключить компьютерное оборудование.

5.4.5. При несчастном случае необходимо в первую очередь освободить пострадавшего от травмирующего фактора. При освобождении пострадавшего от действия электротока следите за тем, чтобы самому не оказаться в контакте с токоведущей частью и под напряжением.

### **5.5. Требования пожарной безопасности по окончании работ в кабинете информатики**

5.5.1. Отключить все компьютерное оборудование от электросети.

5.5.2. Привести в порядок рабочее место.

5.5.3. Проветрить кабинет информатики.

5.5.4. Закрыть окна, выключить освещение, закрыть кабинет.

## **ИНСТРУКЦИЯ №6**

**по охране труда при работе с компьютером, принтером, ксероксом и другой оргтехникой**

### **6.1. Общие требования безопасности при работе с компьютером и другой оргтехникой.**

6.1.1. К самостоятельной работе с компьютером, ноутбуком, принтером, ксероксом, сканером, плазменной панелью, LCD-экраном и другой оргтехникой допускаются лица, достигшие 18

летнего возраста, прошли медицинский осмотр, инструктаж по охране труда, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

6.1.2. Во время работы на компьютере и другой оргтехнике на учителя могут влиять следующие опасные и вредные факторы:

- электроток и излучение;
- перенапряжение зрения во время работы с электронными устройствами, монитором, особенно при нерациональном размещении экрана по отношению к глазам.

6.1.3. Осветительные установки должны обеспечивать равномерное освещение и не должны образовывать ослепляющих отблесков на клавиатуре, а также на экране монитора по направлению глаз.

6.1.4. При работе с компьютером, принтером, ксероксом и другой периферийной техникой не допускается расположение рабочего места в помещениях без естественного освещения, без наличия естественной или искусственной вентиляции.

6.1.5. Рабочее место с компьютером и оргтехникой должно размещаться на расстоянии не меньше 1м от стены, от стены с оконными проемами - на расстоянии не менее 1,5 м.

6.1.6. Угол наклона экрана монитора или ноутбука по отношению к вертикали должен составлять 10-15 градусов, а расстояние до экрана - 500-600 мм.

6.1.7. Угол зрения к центру экрана должен быть прямым и составлять 90 градусов.

6.1.8. Для защиты от прямых солнечных лучей должны предусматриваться солнцезащитные устройства (пленка с металлизированным покрытием, регулируемые жалюзи с вертикальными панелями и др.).

6.1.9. Освещение должно быть смешанным (естественным и искусственным).

6.1.10. В помещении кабинета и на рабочем месте необходимо поддерживать чистоту и порядок, проводить систематическое проветривание.

6.1.11. Обо всех выявленных во время работы неисправностях оборудования необходимо доложить руководителю, в случае поломки необходимо остановить работу до устранения аварийных обстоятельств. При обнаружении возможной опасности предупредить окружающих и немедленно сообщить руководителю; содержать в чистоте рабочее место и не загромождать его посторонними предметами.

6.1.12. О несчастном случае очевидец, работник, который его обнаружил, или сам потерпевший должны доложить непосредственно руководителю учреждения и принять меры по оказанию медицинской помощи.

6.1.13. Лица, виновные в нарушении требований, изложенных в данной инструкции, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с действующим законодательством.

## **6.2. Требования безопасности перед началом работы с компьютером (ноутбуком) и другой оргтехникой.**

6.2.1. Осмотреть и убедиться в исправности оборудования, электропроводки. В случае обнаружения неисправностей к работе не приступать. Сообщить об этом руководителю и только после устранения неполадок и его разрешения приступить к работе.

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

6.2.3. Проверить наличие и надёжность защитного заземления оборудования.

6.2.4. Проверить состояние электрического шнура и вилки.

6.2.5. Проверить исправность выключателей и других органов управления персональным компьютером и оргтехники.

6.2.6. При выявлении любых неисправностей, компьютер и оргтехнику не включать и немедленно поставить в известность руководителя образовательного учреждения об этом.

6.2.7. Тщательно проветрить помещение с персональным компьютером и оргтехникой, убедиться, что микроклимат в помещении находится в допустимых пределах: температура воздуха в

холодный период года - 22-24°С, в теплый период года - 23-25° С, относительная влажность воздуха — 40-60%.

6.2.8. Включить монитор и проверить стабильность и четкость изображения на экране, убедиться в отсутствии запаха дыма от компьютера и оргтехники.

### **6.3. Требования безопасности во время работы с компьютером, ноутбуком, принтером, ксероксом, сканером, плазменной панелью, LCD-экраном и другой оргтехникой.**

6.3.1. Включайте и выключайте компьютер, ноутбук и любую оргтехнику только выключателями, запрещается проводить отключение вытаскиванием вилки из розетки.

6.3.2. Запрещается снимать защитные устройства с оборудования и работать без них.

6.3.3. Не допускать к компьютеру и оргтехнике посторонних лиц, которые не участвуют в работе.

6.3.4. Запрещается перемещать и переносить системный блок, монитор, принтер, любое оборудование, которое находится под напряжением.

6.3.5. Запрещается во время работы пить какие-либо напитки, принимать пищу.

6.3.6. Запрещается любое физическое вмешательство в устройство компьютера, принтера, сканера, ксерокса во время их работы.

6.3.7. Запрещается оставлять включенное оборудование без присмотра.

6.3.8. Запрещается класть предметы на компьютерное оборудование, мониторы, экраны и оргтехнику.

6.3.9. Строго выполнять общие требования по электробезопасности и пожарной безопасности.

6.3.10. При работе на ксероксе и принтере во избежание поражения электротоком при устранении блокировки бумаги отключайте аппараты от сети. Отключайте оборудование от сети при длительном простое.

6.3.11. Самостоятельно разбирать и проводить ремонт электронной и электронно-механической части компьютера, периферийных устройств, оргтехники категорически запрещается. Эти работы может выполнять только специалист или инженер по техническому обслуживанию компьютерной техники.

6.3.12. Суммарное время непосредственной работы с персональным компьютером и другой оргтехникой в течение рабочего дня должно быть не более 6 часов, для педагогов — не более 4 часов в день.

6.3.13. Продолжительность непрерывной работы с компьютером и другой оргтехникой без регламентированного перерыва не должна превышать 2-х часов. Через каждый час работы следует делать регламентированный перерыв продолжительностью 15 мин.

6.3.14. Во время регламентированных перерывов с целью снижения нервно-эмоционального напряжения, утомления зрительного анализатора, устранения влияния гиподинамии и гипокинезии, предотвращения развития познотонического утомления следует выполнять комплексы упражнений для глаз или организовывать физкультурные паузы.

6.3.15. Компьютер, любые его периферийные устройства, оргтехнику необходимо использовать в строгом соответствии с эксплуатационной документацией к ним.

6.3.16. Во время выполнения работы необходимо быть внимательным, не обращать внимание на посторонние вещи.

6.3.17. Обо всех выявленных неисправностях и сбоях в работе аппаратуры необходимо сообщить непосредственно инженеру по обслуживанию компьютерной техники или руководителю образовательного учреждения.

### **6.4. Требования безопасности после окончания работы с компьютером, принтером, ксероксом, сканером и другой оргтехникой.**

6.4.1. Отключить компьютер, ноутбук, телевизор, плазменную панель, LCD-экран, принтер, ксерокс, сканер, колонки и другую оргтехнику от электросети, для чего необходимо отключить тумблеры, а потом вытащить штепсельные вилки из розетки.

- 6.4.2. Протереть внешнюю поверхность компьютера чистой влажной тканью. При этом не допускайте использование растворителей, одеколona, препаратов в аэрозольной упаковке.
- 6.4.3. Убрать рабочее место. Сложить диски в соответствующее место хранения.
- 6.4.4. Тщательно проветрить помещение с персональным компьютером и другой оргтехникой.

### **6.5. Требования техники безопасности и безопасности жизнедеятельности в аварийных ситуациях при работе с компьютером и другой оргтехникой.**

- 6.5.1. Если на металлических частях оборудования обнаружено напряжение (ощущение тока), заземляющий провод оборван - отключить оборудование немедленно, доложить руководителю о неисправности электрооборудования и без его указания к работе не приступать.
- 6.5.2. При прекращении подачи электроэнергии отключить оборудование.
- 6.5.3. При появлении непривычного звука, запаха палёного, непроизвольного отключения компьютера и оргтехники немедленно остановите работу и поставьте об этом в известность руководителя.
- 6.5.4. При возникновении возгорания немедленно отключить оборудование, обесточить электросеть за исключением осветительной сети, сообщить о пожаре всем работающим и приступить к тушению очага загорания имеющимися средствами пожаротушения.
- 6.5.5. При несчастном случае необходимо в первую очередь освободить пострадавшего от травмирующего фактора, обратиться в медпункт, сохранить по возможности место травмирования в том состоянии, в котором оно было на момент травмирования. При освобождении пострадавшего от действия электрического тока следите за тем, чтобы самому не оказаться в контакте с токоведущей частью и под напряжением.

## **ИНСТРУКЦИЯ №7**

### **Правила техники безопасности в кабинете информатики**

#### **7.1. Правила безопасности в начале работы в кабинете информатики.**

- 7.1.1. Ученик перед началом работы осматривает рабочее место, освобождая его от ненужных предметов.
- 7.1.2. Ученик занимает место без суеты, не касаясь токопроводящих кабелей, тыльной стороны системного блока и экрана монитора.
- 7.1.3. Ученик включает ЭВМ только с разрешения учителя.
- 7.1.4. Включение ЭВМ выполняется только при собранном компьютере и с закрытой крышкой системного блока.
- 7.1.5. Запрещено осуществлять замену составных частей компьютера.
- 7.1.6. Ученик начинает работу по заранее заготовленной программе или конспекту.

#### **7.2. Правила безопасности во время работы в кабинете информатики.**

- 7.2.1. При работе за компьютером запрещено передвигать монитор или системный блок.
- 7.2.2. При работе необходимо, чтобы экран находился на расстоянии 55-65см от глаз, перпендикулярно линии взгляда.
- 7.2.3. Во время работы ученикам запрещается перемещение по классу.
- 7.2.4. После 30 минут работы за компьютером, ученик под руководством учителя информатики делает гимнастику для глаз.

#### **7.3. Правила безопасности по окончании работы в кабинете информатики.**

- 7.3.1. По окончании работы ученик извещает учителя и в его присутствии последовательно отключает ЭВМ.



7.3.2. Поднимаясь с рабочего места, ученик не задевает токопроводящих кабелей, не касается тыльной стороны оборудования.

7.3.3. После отключения ЭВМ, ученик опрятно располагает на столе мышку и клавиатуру, задвигает стул, не оставляет бумажек.

#### **7.4. Правила безопасности в аварийных ситуациях в кабинете информатики:**

7.4.1. С появлением запаха гари, ученик оставляет рабочее место и немедленно сообщает учителю информатики. Аппаратура обесточивается. Учитель информатики в свою очередь сообщает администрации школы.

7.4.2. Во всех иных случаях ученик действует согласно общим и специальным правилам техники безопасности.

#### **7.5. Правила безопасного поведения в кабинете информатики**

7.5.1. В кабинете информатики установлена дорогостоящая, сложная и нуждающаяся в осторожном отношении аппаратура.

7.5.2. Поэтому: бережно работайте с этой техникой, спокойно, не спеша, не толкаясь, заходите в кабинет и занимайте места, которые за вами закреплены!

7.5.3. На вашем рабочем месте есть составные части ЭВМ:

а) системный блок; б) клавиатура; в) монитор; г) мышка;

Во время работы лучевая трубка монитора работает под большим напряжением.

Неверная работа с системным блоком, кабелями и монитором может привести к тяжелым травмам и воспламенению аппаратуры!

**СТРОГО ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

- касаться разъемов соединительных кабелей;
- включать и выключать компьютер без разрешения учителя;
- класть вещи на монитор, системный блок и клавиатуру;
- работать за компьютером влажными руками и во влажной одежде;
- работать в верхней одежде.

**7.5.4. Перед началом работы:**

• удостоверьтесь в отсутствии видимых повреждений компьютерного оборудования и рабочего места;

• сядьте так, чтобы линия зрения приходилась на центр экрана, и Вы не наклонялись при использовании клавиатуры;

• расположите на столе тетрадь и учебник так, чтобы они не мешали работе на ЭВМ;

• внимательно слушайте объяснение учителя информатики, пытайтесь уловить цель и последовательность действий;

• в случае необходимости, обращайтесь к учителю;

• начинайте работу только по указанию учителя.

**7.5.5. Во время работы:**

• работайте на расстоянии 60 - 80 см. от экрана, так как монитор пагубно действует на зрение, вызывая усталость и снижение работоспособности;

• нельзя работать при недостаточном освещении или плохом самочувствии, так как работа на ЭВМ требует большого внимания, четких действий и самоконтроля;

• выполняйте все указания и требования учителя;

• следите за исправностью аппаратуры, немедленно прекращайте работу при появлении необычного звука или самоотключении компьютера, доложите об этом учителю;

• осторожно нажимайте на клавиши, не допуская ударов;

• не пользуйтесь клавиатурой, если компьютер не включен;

• работайте на клавиатуре чистыми руками;

- никогда не пытайтесь самостоятельно устранить повреждения в работе персонального компьютера;

- не поднимайтесь со своих рабочих мест, когда входят в кабинет посетители.

#### 7.5.6. По окончании работы:

- необходимо закрыть все приложения и программы;
- выключить компьютер, используя соответствующую функцию операционной системы.
- наведите порядок на рабочем месте;
- по указанию учителя, спокойно выйдите из кабинета.

Необходимо знать и грамотно выполнять правила безопасного поведения в кабинете информатики, точно следовать указаниям учителя, чтобы предотвратить несчастные случаи. *Невыполнение данных правил является грубейшим нарушением порядка и дисциплины!*

## ИНСТРУКЦИЯ №8 По оказанию первой доврачебной помощи

### 8.1. Общие положения

Оказание первой помощи заключается в скорейшем прекращении воздействия травмирующих факторов, проведении простейших медицинских мероприятий и в обеспечении транспортировки пострадавшего в лечебное учреждение.

Спасение пострадавшего в большинстве случаев зависит от того, насколько быстро и правильно будет оказана первая помощь теми лицами, которые находятся рядом с пострадавшим.

Доврачебная помощь, оказанная неспециалистом, должна включать только следующие ее виды:

- а) временную остановку кровотечения;
- б) перевязку раны;
- в) реанимационные мероприятия (искусственное дыхание, закрытый (непрямой) массаж сердца);
- г) транспортировку пострадавшего.

В аптечке для оказания первой доврачебной помощи должны быть следующие средства и приспособления:

- перевязочные антисептические средства: бинты, вата, ватно-марлевый бинт (для бинтования при переломах), лейкопластырь;
- анальгин, валидол, валериановые капли, корвалол, нитроглицерин, цитрамон в таблетках;
- йодная настойка, марганцевокислый калий, клей БФ-6, нашатырный спирт, перекись водорода, раствор 2-4%- ной борной кислоты для промывания глаза;
- поильник, предназначенный как для приема лекарств, так и для промывания глаз;
- жгут резиновый для остановки кровотечения, ножницы.

### 8.2. Первая помощь при ранении

Всякая рана может быть легко загрязнена микробами, находящимися на ранящем предмете, коже пострадавшего, руках оказывающего помощь, грязном перевязочном материале.

Чтобы избежать загрязнения раны во время перевязки оказывающий первую помощь при ранениях должен чисто вымыть руки мылом или смазать пальцы йодной настойкой. Однако даже вымытыми руками нельзя прикасаться к ране.

#### Следует помнить:

- нельзя промывать рану водой или даже какими-либо лекарственными веществами, засыпать порошок, покрывать мазями; все перечисленное препятствует заживлению, при этом заносится грязь с поверхности кожи в рану, вызывая тем самым последующее ее нагноение;
- нельзя удалять сгустки крови из ран, так как этим можно вызвать сильное кровотечение;
- нельзя заматывать рану изоляционной лентой.

Необходимо вскрыть имеющийся в аптечке первой помощи индивидуальный пакет (назначение напечатано на его обертке), наложить стерильный перевязочный материал на рану и забинтовать. Перевязочный материал, употребляемый для закрытия раны, следует распечатывать так, чтобы не касаться руками той части повязки, которая должна быть наложена на рану. Если индивидуального пакета нет, для перевязки надо использовать чистый (если есть возможность – свежесвыглаженный) носовой платок или чистую полотняную тряпочку. На то место тряпочки, которое ляжет непосредственно на рану, накапать несколько капель йодной настойки, чтобы получить пятно размером больше раны, затем тряпочку наложить на рану. Особенно важно применять таким образом йодную настойку при загрязненных ранах.

### 8.3. Первая помощь при кровотечении

Наружное кровотечение может быть артериальным и венозным. При артериальном кровотечении кровь алого цвета вытекает пульсирующей струей (толчками), при венозном кровотечении кровь более темного цвета и вытекает непрерывно. Наиболее опасным является артериальное кровотечение. Для того, чтобы остановить кровотечение, необходимо:

- поднять раненную часть тела вверх;
- кровоточащую рану закрыть перевязочным материалом из пакета, сложенным в комочек и придавить рану сверху, не касаясь пальцами самой раны, на 4-5 минут, если кровотечение остановится, то, не снимая наложенного материала, поверх него положить еще одну подушечку из другого пакета или кусок ваты и забинтовать (с некоторым давлением);
- при сильном кровотечении, если оно не останавливается повязкой, применить сдавливание кровеносных сосудов, питающих кровью раненную область, при помощи сгибания конечности в суставах, а также пальцами, жгутом или закруткой.

**Остановка капиллярного кровотечения.** Из раненых капилляров кровь сочится мельчайшими каплями, как из губки. Чтобы остановить это кровотечение в любой части тела, достаточно прижать марлевый тампон к раненому месту или наложить слегка давящую стерильную повязку.

**Остановка венозного кровотечения.** При ранении венозных сосудов кровь вытекает ровной струей темно-красного цвета. Если поранены вены на конечности (руке или ноге), ее надо быстро поднять вверх, а затем наложить давящую стерильную повязку.

**Остановка артериального кровотечения.** При ранении артерии кровь, имеющая алый цвет, выбрасывается из нее с силой вверх прерывистой струей, как бы фонтаном. На теле человека имеется ряд точек, где можно сдавить кровеносные сосуды, прижав их к кости. Наиболее важными являются артерии: височная, затылочная, челюстная, правая сонная, подключичная, подмышечная, плечевая, лучевая, локтевая, правая бедренная, левая бедренная, передняя большеберцовая, задняя большеберцовая.

**При кровотечении из раны в области виска** надо прижать височную артерию к височной кости между глазом и ухом на расстоянии в два пальца от наружного угла глаза.

**При кровотечении из раны на щеке** надо прижать нижнечелюстную артерию к кости на расстоянии в три пальца от угла нижней челюсти.

**При сильном кровотечении из раны на лице или в полости рта** следует прижать сонную артерию на раненной стороне. Сонную артерию прижимать большим пальцем к позвоночнику сбоку от гортани, обхватив остальными пальцами руки мышцы шеи сзади. **Нельзя одновременно зажимать обе сонные артерии – правую и левую при ранениях обеих сторонах лица. Этим самым можно мгновенно вызвать обморок.**

**При кровотечении из раны в области ключицы или верхней части руки** нужно прижать подключичную артерию большим пальцем к первому ребру, схватывая остальными пальцами верхнюю часть мышц над ключицей и лопаткой.

**При кровотечении их раны на плече** следует поднять раненную руку возможно выше и прижать подмышечную артерию в подмышечной ямке к головке плечевой кости.

**При кровотечении из раны на кисти,** можно прижать лучевую и локтевую артерии около лучезапястного сустава. Однако удобнее и легче прижать плечевую артерию.

*При кровотечении из раны нижней конечности* прижимают бедренную артерию в паху. Эта толстая артерия и ее следует прижать двумя руками, надавливая на артерию обоими большими пальцами, располагая их рядом или один навстречу другому, остальными пальцами рук охватывают мышцы бедра сбоку и сзади. Чтобы остановить кровотечение из раны на голени и стопе, нужно прижать подколенную артерию в середине подколенной ямки, слегка согнув в колене ногу раненого.

Артериальное кровотечение из ран верхней или нижней конечности, помимо прижатия артерий пальцами, можно временно остановить сильным сгибанием конечности в суставе выше раненого места. При этом для удержания конечности в согнутом положении надо связать согнутые части тела полотенцем, предварительно подложив на место сгиба свернутый в комочек платок, кусок марли или ваты.

**При остановив временно кровотечение той или иной артерии прижатием пальцев, надо немедленно наложить на артерию сильно давящую повязку, а при ранении конечностей следует наложить выше места ранения, и, по возможности, неподалеку от него, резиновый кровоостанавливающий жгут.**

Кроме кровотечения вследствие ранения, иногда кровь выступает наружу из естественных отверстий тела: носа, рта, уха и т.д.

*При носовом кровотечении* надо посадить больного с откинутой назад головой. Если больной слаб, лучше уложить его без подушки, расстегнув воротник. Больному необходимо оставаться в полном покое, дышать реже и глубже. Он не должен сморкаться, чтобы не удалять из носа образовавшиеся кровяные сгустки способствующие остановке кровотечения. Ноздри нужно зажать пальцами и держать таким образом в течение 5-10 минут. Полезно положить на переносицу холодный компресс или комочек снега. К голове, в области затылка, следует приложить резиновый мешочек со льдом или холодной водой. При продолжающемся кровотечении следует ввести в кровоточащую ноздрю глубокий плотный тампон из полоски марли или куска стерильной ваты, смоченный в перекиси водорода, оставляя снаружи конец марлевой полосы, за который через 2-2,5 часа можно осторожно вынуть из носа марлю.

Втягивать носом воду и часто сморкаться не следует, это мешает остановке кровотечения.

*При кровотечении из уха* надо ввести в слуховой проход тампон из марлевой полоски и приложить к области уха холодный компресс или мешочек со льдом.

*При выделении крови из рта* вследствие сильного ушиба, повреждения грудной клетки и при некоторых заболеваниях легких следует немедленно уложить больного в постель с приподнятой головой и прикладывать к груди намоченное в холодной воде и выжатое полотенце или резиновый мешок со льдом. Больной должен лежать спокойно, не делать глубоких вдохов, не разговаривать и удержаться от кашля. Больному полезно дать ложку поваренной соли, которую надо запить несколькими глотками холодной воды (можно применять кусочки льда). Необходимо давать таблетки от кашля до трех раз в день. **Больному нельзя давать вина, горячего чая, кофе и пищи.**

**Остановка кровотечения жгутом или закруткой.** Когда сгибание в суставе применить нельзя (например, в случае одновременного перелома костей той же конечности), то при сильном кровотечении следует наложить жгут.

В качестве жгута можно использовать упругую, растягивающуюся ткань, резиновую трубку, подвязки, подтяжки и т.п. Перед наложением жгута конечность (рука или нога) должны быть подняты вверх.

Если у оказывающего помощь нет помощника, то предварительное прижатие артерии пальцами можно поручить самому пострадавшему.

Место, на которое накладывается жгут, должно быть обернуто чем-нибудь мягким, например, несколькими ходами бинта или куском какой-нибудь материи. Можно накладывать жгут поверх рукава или брюк. Прежде чем наложить жгут, его следует растянуть, а затем туго бинтовать конечность, не оставляя между оборотами жгута не покрытых им участков кожи.

Перетягивание жгутом конечности не должно быть чрезмерным, его надо доводить только до остановки кровотечения, иначе могут быть сдавлены и пострадать нервы. Если будет видно, что

кровотечение не вполне остановилось, то надо добавить еще несколько более туго наложенных оборотов жгута.

**Наложённый жгут нельзя держать больше 1,5 - 2 часов, иначе может произойти омертвление обескровленной конечности.**

Боль, которую причиняет наложенный жгут, бывает очень сильной, в силу чего иногда приходится на время снимать жгут. Тогда необходимо, перед тем как снять жгут, прижать пальцами артерию, по которой идет кровь к ране, и дать пострадавшему отдохнуть от боли, а конечности – получить некоторый приток крови, затем опять наложить жгут. Распускать жгут следует не быстро, а постепенно.

Если под руками не найдется какой-нибудь растягивающейся резиновой ленты, можно перетянуть конечность, так называемой «закруткой», сделанной из не растягивающегося материала: пояса, скрученного платка или полотенца, веревки, ремня и т.п. материал, из которого делается закрутка, обводится вокруг поднятой кверху и покрытой соответствующей подстилкой конечности и связывается узлом на наружной ее стороне. В этот узел (или под него) продевается какой-нибудь твердый предмет, например, короткая палка, которую закручивают до тех пор, пока не убедаются, что кровотечение прекратилось.

Сильно затягивать закрутку нельзя. Закрутив ее до полной остановки кровотечения, необходимо закрепить закрутку, чтобы она не раскрутилась. **После наложения жгута необходимо прикрепить записку с указанием времени наложения жгута для контроля за длительностью сдавливания конечности.**

#### **8.4. Первая помощь пострадавшим от электрического тока**

Спасение пострадавшего от электрического тока в большинстве случаев зависит от того, насколько быстро его освободят от тока и правильно окажут первую помощь.

Никогда не следует отказываться от помощи пострадавшему и считать его мертвым только при отсутствии признаков жизни: дыхания, сердцебиения, пульса. При поражении электрическим током смерть часто бывает лишь кажущейся и только врач имеет право решить вопрос о целесообразности или бесполезности дальнейших усилий по приведению в чувство пострадавшего и дать заключение его смерти.

#### **8.5. Освобождение от воздействия электрического тока**

Прикосновение к токоведущим частям, находящимся под напряжением, вызывает в большинстве случаев неправильное судорожное сокращение мышц. Вследствие этого пальцы (если пострадавший держит провод в руках) так сильно сжимаются, что высвободить провод из его рук становится невозможным.

Если пострадавший продолжает соприкасаться с токоведущими частями, необходимо прежде всего освободить его от воздействия электрического тока. При этом следует помнить, что без применения надлежащих мер предосторожности прикасаться к человеку, находящемуся под током, опасно для жизни.

Первым действием должно быть быстрое отключение той части установки, которой касается пострадавший. При этом необходимо учитывать, что в случае нахождения пострадавшего на высоте, отключение установки и освобождение пострадавшего от воздействия электрического тока могут вызвать падение его с высоты. В этом случае должны быть приняты меры, обеспечивающие безопасность падения пострадавшего.

При отключении установки может одновременно отключиться электрическое освещение. При этом необходимо иметь наготове другие источники освещения (аварийное освещение, аккумуляторные фонари и т.д.), чтобы не задерживать отключения установки и оказания помощи пострадавшему.

Если отключение установки не может быть произведено достаточно быстро. То необходимо принять меры к отделению пострадавшего от токоведущих частей, к которым он прикасается.

### **8.5.1. При напряжении до 1000 В**

Для отделения пострадавшего от токоведущих частей или проводов следует воспользоваться сухой одеждой, сухим предметом, не проводящим электрический ток. Нельзя пользоваться в таких случаях металлическими или влажными предметами. Можно также оторвать пострадавшего от токоведущих частей, взявшись за его одежду, если она сухая и отстает от тела, например, за полы, избегая при этом прикосновения к окружающим металлическим предметам и частям тела, не покрытым одеждой. Оттаскивая пострадавшего за ноги, не следует касаться его обуви без хорошей изоляции рук, так как обувь может быть сырой, а находящиеся в ней гвозди или крючки для шнуровки являются проводниками электрического тока.

Для изоляции рук при спасании, особенно если необходимо коснуться тела пострадавшего в местах, не покрытых одеждой, следует надеть диэлектрические перчатки и галоши или обмотать руки шарфом, надеть на руку суконную фуражку, опустить на руку рукав и т. п. или накинуть на пострадавшего резину, прорезиненную материю (плащ) или просто сухую материю. Можно также встать на сухую доску или какую-либо сухую, не проводящую ток подстилку, сверток одежды и т.п.

### **8.5.2. При напряжении выше 1000 В**

Для отделения пострадавшего от токоведущих частей следует надеть диэлектрические боты, перчатки и действовать изолирующими клещами или штангой, предназначенными для соответствующего напряжения.

Необходимо также помнить, что и после отключения линии на ней в случае достаточной емкости может сохраниться опасный для жизни заряд и что лишь надежное заземление линии может ее обезопасить.

## **8.6. Меры первой помощи пострадавшему от электрического тока**

Меры первой помощи зависят от состояния пострадавшего после освобождения его от воздействия электрического тока.

Если пострадавший в сознании, но до того был в обмороке или продолжительное время находился под током, ему необходимо до прибытия врача обеспечить полный покой, непрерывно наблюдая за дыханием и пульсом. В случае ухудшения состояния пострадавшего необходимо его немедленно направить или доставить в лечебное учреждение, обеспечив при этом необходимые транспортные средства и носилки.

Если пострадавший находится в бессознательном состоянии, но с сохранившимся дыханием и пульсом, его надо уложить удобно, ровно, покойно, расслабить и расстегнуть одежду, создать приток свежего воздуха, удалить лишних людей, давать нюхать нашатырный спирт, обрызгивать водой (не изо рта), растирать и согревать тело. Срочно вызвать врача. Если пострадавший плохо дышит (очень редко и судорожно, как умирающий) делать искусственное дыхание.

При отсутствии признаков жизни (дыхания, сердцебиения, пульса) нельзя считать пострадавшего мертвым. Смерть часто бывает кажущейся. В таком состоянии пораженному угрожает смерть, если ему немедленно не будет оказана первая помощь в виде искусственного дыхания.

Искусственное дыхание необходимо делать непрерывно до прибытия врача, которого нужно срочно вызвать.

При оживлении мнимоумершего дорога каждая секунда, поэтому первую помощь нужно оказывать немедленно, по возможности, на месте происшествия, переноса пострадавшего на другое место только в тех случаях, когда опасность продолжает угрожать ему и оказывающему помощь или если оказать помощь на месте невозможно.

Мертвым можно признать пораженного током только в случае тяжелых внешних повреждений, например, раздробления черепа при падении, обгорания всего тела. В других случаях констатировать смерть может только врач.

## 8.7. Правила, обязательные при искусственном дыхании

Искусственное дыхание следует делать только в том случае, если пострадавший не дышит вообще или дышит с трудом – редко, судорожно, как бы со всхлипыванием, как умирающий, или если дыхание постепенно ухудшается. Начинать искусственное дыхание следует немедленно после освобождения пострадавшего от воздействия электрического тока, делать его непрерывно и продолжать до положительного результата (оживления) или до появления бесспорных признаков действительной смерти (появление трупных пятен или трупное окоченение).

Во время искусственного дыхания необходимо следить за лицом пострадавшего. Если он пошевелит губами или веками или сделает глотательное движение гортанью (кадыком), нужно проверить, не сделает ли он самостоятельного вдоха. Не следует продолжать делать искусственное дыхание после того, как мнимоумерший начнет дышать самостоятельно, так как этим можно причинить вред.

Если после нескольких мгновений ожидания окажется, что пострадавший не дышит, следует немедленно возобновлять искусственное дыхание.

### **Прежде чем приступить к искусственному дыханию, необходимо:**

- быстро, не теряя ни секунды, освободить пострадавшего от стесняющей дыхание одежды;
- также быстро освободить рот пострадавшего от посторонних предметов, удалить вставные челюсти, если таковые имеются;
- если рот крепко стиснут, раскрыть его, выдвинув нижнюю челюсть. Чтобы поднять и выдвинуть челюсть, ставят четыре пальца обеих рук позади углов нижней челюсти, большими пальцами упираются в край ее и выдвигают челюсть вперед, чтобы нижние зубы стояли впереди верхних. Если таким образом рот раскрыть не удастся, следует вставить между крайними коренными зубами (у угла рта) осторожно, чтобы не сломать их, дощечку или металлическую пластинку, ручку ложки и т.п. и разжать зубы.

### **Как производить искусственное дыхание.**

Наиболее эффективным способом искусственного дыхания является способ, получивший название «изо рта в рот». По этому способу оказывающий помощь вдвухает воздух из своих легких в рот или нос пострадавшего.

Приступая к проведению искусственного дыхания по методу «изо рта в рот», необходимо в первую очередь обеспечить свободную проходимость верхних дыхательных путей, для чего голову пострадавшего следует отогнуть назад. Делается это следующим образом.

Оказывающий помощь становится с левой стороны пострадавшего, лежащего на спине, подводит левую руку под его затылок, а правой рукой давит на лоб. Благодаря этому голова пострадавшего отгибается назад и открывается рот. Для сохранения достигнутого положения головы под щеку подкладывают валик из свернутой одежды. Очистив полость рта пострадавшего, оказывающий помощь делает два – три глубоких вдоха, а затем вдвухает воздух из своих легких в рот (или нос) пострадавшего.

Для преодоления неприятного чувства и предупреждения опасности взаимного инфицирования вдвухание рекомендуется производить через марлю или платок. Можно для этих целей пользоваться специальной трубкой – воздуховодом, которая вводится в рот пострадавшему. Эта трубка удерживает язык от западания, что очень важно при искусственном дыхании, так как вход в гортань должен быть открыт. Круглый щиток, укрепленный в средней части трубки, удерживает ее в нужном положении и плотно закрывает рот пострадавшего, препятствуя выходу воздуха. При искусственном дыхании по этому способу нужно следить за тем чтобы возможно большее количество вдвухаемого воздуха поступило в легкие пострадавшего. Для этого при вдвухании воздуха через рот следует зажимать нос пострадавшего, а при вдвухании через нос закрывать ему рот.

Эффективность искусственного дыхания определяется по расширению грудной клетки пострадавшего, происходящему при вдвухании. По окончании вдвухания воздуха выдох происходит

самостоятельно, в результате опускания грудной клетки. На это время рот и нос пострадавшего освобождают, чтобы не препятствовать свободному выдоху. Частота вдвудания не должна превышать 12 – 16 раз в минуту.

Однако не всегда удается оживить пораженного электрическим током с помощью одного только искусственного дыхания. Исчезновение кислорода в крови из-за отсутствия дыхания уже через несколько минут приводит к вторичной остановке сердца вследствие асфиксии (удушения).

Однако только искусственное дыхание (даже своевременно начатое) не может привести к оживлению организма, если сердце не сокращается вследствие наступившей фибрилляции. В этих случаях, кроме искусственного дыхания, необходимо принимать меры к восстановлению кровообращения. Для этой цели применяется наружный (непрямой) массаж сердца.

### **8.8. Наружный массаж сердца**

Наружный массаж сердца производится путем надавливания основания ладони на нижнюю часть грудной кости (грудины), расположенной на передней стенке грудной клетки между ребрами. При этом происходит ее смещение к позвоночнику, сопровождающееся сжатием сердца и выталкиванием крови в сосуды. Для нажатия на грудину требуется большое усилие, поэтому оно производится двумя руками, наложенными одна на другую, при согнутом положении оказывающего помощь, так как при этом к усилию рук прибавляется и масса тела последнего. После каждого надавливания руки отнимают от грудной клетки пострадавшего. При прекращении нажатия грудная клетка распрямляется, что способствует поступлению крови из вен в сердце и его наполнению. Надавливание на грудину производится в виде быстрого толчка с силой, достаточной, чтобы сместить ее на 3-4 сантиметра. Производя несколько надавливаний, делают перерыв на время вдоха и началом выдоха пострадавшего, а затем снова повторяют массаж сердца.

С помощью наружного массажа сердца можно длительное время поддерживать артериальное давление на достаточном уровне и сохранить жизнь организма до восстановления самостоятельной работы сердца. Массаж сердца и искусственное дыхание следует продолжать до появления у пострадавшего самостоятельного дыхания и восстановления деятельности сердца.

### **8.9. Первая помощь при ожогах**

Ожоги бывают трех степеней, начиная от легкого покраснения до тяжелого омертвления больших участков кожи, а иногда и более глубоких тканей.

При тяжелых ожогах надо очень осторожно снять с обожженных участков одежду и обувь – лучше разрезать их. Необходимо помнить, что рана, будучи загрязненной, начинает гноиться и долго не заживает. Поэтому нельзя касаться руками обожженного участка кожи или смазывать ее какими-либо мазями, маслом, вазелином или растворами. Обожженную поверхность надо перевязать как свежую рану, покрыть стерилизованным материалом из пакета или чистой глаженной полотняной тряпкой, сверху наложить вату и все закрепить бинтом, после чего пострадавшего направить в лечебное учреждение. Такой способ первой помощи применяется при всех ожогах, чем бы они ни были вызваны: паром, вольтовой дугой, кислотой и т.п. при этом не следует вскрывать пузыри, отдиирать обгорелые приставшие куски одежды (их в случае необходимости следует обрезать ножницами).

Ожоги, вызванные крепкими кислотами (серной, азотной, соляной) и едкими щелочами (бельевой и каустической содой). Требуется немедленного и обильного обмывания пораженной кожи быстро текущей струей воды из-под крана или ведра в течение 10-15 минут. Можно также обожженную конечность опустить в ведро с чистой водой и двигать ею там. После тщательного промывания водой на обожженную кожу накладывают примочку: при ожогах кислотами – из содового раствора (одна чайная ложка на стакан воды), а при ожогах щелочью – из слабого раствора уксуса (слегка кислого на вкус) или борной кислоты (одна чайная ложка на стакан воды).



При попадании едкой щелочи или ее паров в глаза и в полость рта промывание пораженных мест следует производить 2% раствором борной кислоты.

При ранении стеклом с одновременным воздействием кислоты или щелочи прежде всего необходимо убедиться в том, что в ране нет осколков стекла, а затем быстро промыть рану соответствующим раствором, смазать края ее раствором йода и перевязать рану, пользуясь стерильной ватой и бинтом.

Если горит одежда, ее прежде всего нужно тушить. Для этого человека обливают водой или закрывают брезентом и т.п. При значительных ожогах пострадавшего после оказания первой помощи следует сразу же направить в лечебное учреждение.

#### **8.10. Первая помощь при переломах, вывихах, ушибах, растяжении связок и шоке**

При переломах и вывихах основной задачей первой помощи является обеспечение спокойного и наиболее удобного положения для поврежденной конечности, что достигается полной ее неподвижностью. Это правило является обязательным не только для устранения болевых ощущений, но и для предупреждения превращения закрытого перелома в открытый.

Оказывающий помощь обязан прежде всего придать наиболее спокойное положение поврежденной части тела на время доставки пострадавшего в лечебное учреждение.

**Перелом черепа.** При повреждении головы в случае падения или при ударе по голове вызвавшем бессознательное состояние, кровотечение из ушей и рта, имеется основание предполагать перелом черепа. Первая помощь – холод на голову (холодная примочка, резиновый пузырь со льдом или холодной водой и т.п.).

**Перелом позвоночника.** При падении с высоты, если есть подозрение, что сломан позвоночник (резкая боль в позвоночнике, невозможно согнуть спину и повернуться), первая помощь сводится к следующему: осторожно подsunуть под пострадавшего доску, не поднимая его с пола, или повернуть его на живот (лицом вниз) и строго следить, чтобы при поднимании пострадавшего туловище не перегибалось (во избежание повреждения спинного мозга).

**Перелом и вывихи ключицы.** Признаки – боль в области ключицы и явно выраженная припухлость. Первая помощь – положить в подмышечную впадину поврежденной стороны небольшой комок ваты, марли или какой либо материал: прибинтовать руку, согнутую в локте под прямым углом к туловищу, причем бинтовать следует от большой руки к спине, руку ниже локтя подвязать косынкой к шее, на область повреждения – холод.

**Переломы и вывихи костей рук.** Признаки – боль по ходу кости, неестественная форма конечности, неестественная подвижность на месте, где нет сустава (при наличии перелома), припухлость.

Первая помощь – наложить соответствующие шины, если они есть в наличии. Если их нет, то так же, как при переломе ключицы, руку следует подвесить на косынке к шее, а затем прибинтовать руку к туловищу, не подкладывая комка в подмышечную впадину. Если рука (при вывихе ее) отстает от туловища, подложить между рукой и туловищем что-либо мягкое (например сверток из одежды), на место повреждения – холод. Если нет бинта и косынки, подвесить руку на поле инджака.

**Перелом и вывихи кисти и пальцев рук.** При подозрении перелома или вывиха костей кисти следует прибинтовать кисть руки к широкой (шириной с ладонь) шине так, чтобы шина начиналась от середины предплечья, а кончалась у конца пальцев. В ладонь поврежденной руки предварительно должен быть вложен комок ваты, бинт и т.п., чтобы пальцы несколько согнуть. К месту повреждения следует приложить холодный предмет.

**Переломы и вывихи нижних конечностей.** Признаки – боль по ходу кости, припухлость, неестественная форма в том месте, где нет сустава (при переломах). Первая помощь – укрепить больную конечность шиной, фанерной пластинкой, палкой, картоном и т.п. так, чтобы один конец пластинки заходил выше края таза до подмышки, а другой доставал пятки. Этим достигается полный покой всей нижней конечности. Накладывать шину, по возможности, не приподнимая

ногу, а только придерживая ее на месте и проводя повязки палочкой под поясницей, коленом и пяткой. На место повреждения – холод.

**Перелом ребер.** Признаки – боль при дыхании, кашле, чихании и движениях. Первая помощь – туго забинтовать грудь полотенцем во время выдоха.

**Ушибы.** Если есть уверенность, что имеется только ушиб, а не перелом или вывих, то на место ушиба следует приложить холодный предмет (снег, лед, тряпку, смоченную холодной водой), плотно забинтовать бинтом ушибленное место. Не следует, если нет ранения кожи, смазывать йодом, растирать, накладывать согревающий компресс – все это ведет, лишь к усилению боли. При ушибах живота, при наличии обморочного состояния, резкой бледности лица и сильных болей немедленно направить пострадавшего в лечебное учреждение (возможность разрыва внутренних органов с последующим внутренним кровотечением). Так же следует поступать и при тяжелых ушибах всего тела при падении.

**При растяжении связок,** например, при подворачивании стопы, когда человек оступился (признаки - резкая боль в суставах и припухлость). Первая помощь – холод, тугое бинтование, покой.

**Первая помощь при шоке.** В момент ранения или спустя несколько часов после ранения, перелома костей, вывиха, сильного ушиба, ожога и сильного душевного потрясения может наступить особое болезненное состояние – **шок**.

Чаще всего при этом больной бледнеет, тело его становится холодным и покрывается липким потом, больной вял, апатичен, безразлично относится к окружающим условиям и часто теряет сознание.

Пораженного шоком необходимо уложить в постель, согреть грелками. Если больной в состоянии глотать, следует давать горячий чай, кофе, крепкое вино. Рекомендуются давать внутрь порошки кофеина.

### 8.11. Первая помощь при обмороке, тепловом и солнечном ударе и отравлении окисью углерода

При угрожающем обмороке (внезапные жалобы на головокружение, тошноту, стеснение в груди, недостаток воздуха, потемнение в глазах) уложить пострадавшего, опустить голову, приподнять ноги. Дать выпить холодной воды, давать нюхать нашатырный спирт.

Запрещается класть на голову холодные примочки и лед. При тепловом и солнечном ударе, когда человек, работающий в жарком помещении (например, кочегарка), на солнцепеке или в душную безветренную погоду, почувствует внезапную слабость и головную боль, а тем более обратит на себя внимание нетвердой походкой, пошатыванием и т.п., он должен быть немедленно освобожден от работы и выведен на свежий воздух или в тень.

При появлении резких признаков недомогания (слабой деятельности сердца – частом или слабом пульсе, бессознательном состоянии, поверхностном, слабом, стонущем дыхании, судорогах) немедленно избавить пострадавшего от дальнейшего влияния жары (удалить из жаркого помещения, перенести в прохладное помещение, раздеть, охлаждать тело, обмахивать лицо, смачивать голову и грудь, обрызгивать холодной водой).

При остановке дыхания или резком его расстройстве применить искусственное дыхание.

Отравление окисью углерода, в том числе угарным газом, а также светильным газом, ацетиленом, парами бензина происходит в большинстве случаев вследствие неправильного обращения с отопительными и осветительными приборами.

Угорание происходит постепенно и незаметно. Сам угарный газ не имеет запаха. Пахнут «угаром» другие газы, образующиеся одновременно с ним. Эти газы и предупреждают о том, что в воздухе появилась ядовитая окись углерода.

Отравление угарным газом проявляется в первую очередь головной болью, сердцебиением, общей слабостью. Угоревший начинает жаловаться на «звон в ушах», «стук в висках», головокружение, тошноту. Затем наступает рвота, ослабление сердечной деятельности и дыхания, бессознательное

состояние. Если в это время угоревшему не будет оказана срочная помощь, может наступить смерть.

При наступившем угорании надо в первую очередь немедленно удалить пострадавшего из угарного помещения на свежий воздух. По возможности срочно доставить подушки с кислородом, давать дышать кислородом.

При необходимости, проникать в отравленные угарным газом помещение на оказывающих помощь и на пострадавших должны быть надеты соответствующие изолирующие дыхательные аппараты.

Первая помощь оказывается так же, как при обмороке. При появлении рвоты нужно положить угоревшего на бок или повернуть на бок его голову.

Если пострадавший дышит судорожно, редко или совсем не дышит, необходимо до прибытия врача делать искусственное дыхание.

### 8.12. Первая помощь при отравлении едкими веществами

При отравлении крепкими кислотами (серная, соляная, уксусная) и крепкими щелочами (едкий натр, едкий калий, нашатырный спирт) происходят ожоги слизистой оболочки полости рта, глотки, пищевода, а иногда и желудка. Признаки отравления сильные боли во рту, глотке, желудке и кишках, тошнота, головокружение, упадок сил, слабый пульс, обморочное состояние.

**Отравившемуся кислотой надо** давать внутрь, через каждые пять минут по столовой ложке раствор соды (2 чайные ложки на стакан воды) или 10 капель нашатырного спирта, разведенного в воде, а также молоко или взболтанные с водой яичный белок и растительное масло, кофеин или камфару в порошках 2-3 раза в день.

При ослаблении дыхания надо производить искусственное дыхание.

**При отравлении крепкой едкой щелочью** больного необходимо понемногу поить холодной водой, подкисленной уксусной или лимонной кислотой (2 столовые ложки 3% - ного раствора уксуса на стакан воды). Полезно давать внутрь растительное масло или взболтанный с водой яичный белок, приложить горчичник к подложечной области. Для возбуждения сердечной деятельности рекомендуется 2-3 раза в день давать порошки камфары или кофеина.

### 8.13. Сдавление конечностей тяжелым предметом

**Действия до освобождения от сдавления:**

- обложить придавленные конечности пакетами со льдом, снегом или с холодной водой;
- дать таблетку анальгина и обильное тёплое питьё;
- если возможно - наложить жгут выше места сдавления;
- вызывать спасателей, не следует убирать тяжесть до их прибытия.

**Действия после освобождения от сдавления:**

- обязательно наложить жгут (если не удалось прежде);
- туго забинтовать повреждённые конечности;
- при необходимости наложить шины;
- приложить холод к повреждённым конечностям;
- продолжать давать обильное питьё до прибытия врача.

### 8.14. Первая помощь при потере сознания

При потере сознания необходимо пострадавшему обеспечить приток свежего воздуха, устранить в одежде все, что может стеснять или затруднять свободное дыхание (расстегнуть ворот, пояси т.п.), сбрызгивать лицо водой, давать нюхать нашатырный спирт. При отсутствии дыхания немедленно приступить к проведению искусственного дыхания.

## 8.15. Эпилептический припадок

**Признаки** эпилептического припадка:

- 1) длится несколько секунд или минут;
- 2) внезапная потеря сознания часто с характерным вскриком перед падением;
- 3) часто - судороги;
- 4) пенистые выделения изо рта, часто с примесью крови;
- 5) непроизвольное мочеиспускание.

**Действия:**

- повернуть больного на бок и прижать его плечевой сустав к полу;
- подложить под голову свёрток из одежды или лечебную подушку;
- дождаться окончания приступа;
- до прибытия врача следить за состоянием больного.

## 8.16. Инородные тела

Инородные тела, попавшие в кожу или под ноготь, можно удалить, если имеется уверенность, что это будет выполнено легко и полностью. При малейшем затруднении нужно предоставить сделать это врачу. После удаления смазать место ранения йодной настойкой и наложить повязку.

Инородные тела, попавшие в глаза, удаляют лучше всего промыванием струей раствора борной кислоты, чистой воды или влажным тампоном, положив пострадавшего на здоровую сторону и направляя струю от наружного угла глаза (от виска) к внутреннему (к носу). Тереть глаза не следует.

Инородные тела в дыхательном горле и пищеводе не следует удалять без врача.

## ИНСТРУКЦИЯ №9

### Вводный инструктаж по технике безопасности в кабинете информатики

#### 9.1. Общие требования

9.1.2. К работе в компьютерном классе допускаются учащиеся, прошедшие инструктаж по технике безопасности и электробезопасности с соответствующей записью в журнале по технике безопасности и подписями.

9.1.3. Не разрешается заходить и находиться в компьютерном классе без преподавателя.

9.1.4. Работа в компьютерном классе должна проходить только в строгом соответствии с расписанием занятий и графиком самостоятельной работы преподавателей и учащихся.

9.1.5. Учащимся запрещается открывать шкафы питания как при работающих, так и при выключенных ЭВМ.

9.1.6. Учащиеся должны хорошо знать и грамотно выполнять технику безопасности. точно следовать указаниям преподавателя, чтобы:

- избежать несчастных случаев;
- успешно овладеть знаниями, умениями, навыками;
- беречь имущество, вычислительную технику и оборудование.

9.1.7. Учащиеся отвечают за состояние рабочего места и сохранность размещенного на нем оборудования.

#### 9.2. Требования безопасности перед началом практической работы

9.2.1. Запрещается заходить в класс в верхней одежде или приносить ее.

9.2.3. Запрещается приносить на рабочее место личные вещи, дискеты и т.п., исключая ручку и

тетрадь.

9.2.4. Сесть на рабочем месте так, чтобы линия глаз приходилась в центре экрана, чтобы, не наклоняясь, пользоваться клавиатурой и воспринимать передаваемую на экран монитора информацию.

9.2.5. Начинать работу только по указанию преподавателя.

### **9.3. Требования безопасности во время выполнения практической работы**

9.3.1. Во время работы выполнять все требования инструкции, а также текущие требования преподавателя или лаборанта.

9.3.2 Во время работы запрещается хождение по классу.

9.3.3. При работе в компьютерном классе выполнять только порученную работу. Категорически запрещается выполнять другие работы.

9.3.4. Работать с клавиатурой чистыми руками. На клавиши нажимать плавно, не допуская резких ударов.

9.3.5. В случае возникновения неисправности сообщить преподавателю.

9.3.6. Не пытаться самостоятельно производить регулировку или устранять неисправность аппаратуры.

9.3.7. Неправильное обращение с аппаратурой, кабелями и монитором может привести к тяжелым поражениям электрическим током, вызвать загорание аппаратуры. Поэтому **строго запрещено:**

- трогать разъемы соединительных кабелей;
- прикасаться к питающим проводам и устройствам заземления;
- прикасаться к экрану и к тыльной стороне монитора, клавиатуры;
- включать и отключать аппаратуру без указания преподавателя;
- класть диски, книги и тетради на монитор и клавиатуру;
- принимать пищу и расчесываться на рабочем месте;
- работать во влажной одежде и влажными руками.

9.3.8. Не вставать со своих мест, когда в дисплейный класс входят посетители.

### **9.4. Требования безопасности по окончании практической работы**

9.4.1. По окончании работы о недостатках и неисправностях, обнаруженных во время работы, необходимо сделать записи в соответствующих журналах.

9.4.2. После окончания работы на рабочем месте не должно оставаться лишних предметов.

### **9.5. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

9.5.1. При появлении необычного звука или отключения аппаратуры немедленно прекратить работу и доложить об этом преподавателю или лаборанту.

9.5.2. При появлении запаха гари необходимо прекратить работу, выключить аппаратуру и сообщить об этом преподавателю или лаборанту.

9.5.3. При попадании человека под напряжение необходимо обесточить соответствующее рабочее место, оказать первую доврачебную помощь и вызвать "скорую помощь".

9.5.4. При возникновении пожара необходимо обесточить дисплейный класс, вызвать пожарную команду и приступить к тушению пожара имеющимися средствами.

9.5.5. За несоблюдение учащимися требований, правил и норм по охране труда и пожарной безопасности администрация школы может привлекать их к дисциплинарной ответственности.