

Администрация Кондинского района
Отдел по труду комитета экономического развития

Методическое пособие
«Оказание первой помощи
пострадавшим»

2024 год

Нормативная правовая база:

Статья 214 Трудового Кодекса Российской Федерации (далее – ТК РФ):

Работодатель обязан обеспечить:

- обучение по охране труда, в том числе обучение безопасным методам и приемам выполнения работ, **обучение по оказанию первой помощи пострадавшим на производстве**, обучение по использованию (применению) средств индивидуальной защиты, инструктаж по охране труда, стажировку на рабочем месте (для определенных категорий работников) и проверку знания требований охраны труда;
- принятие мер по предотвращению аварийных ситуаций, сохранению жизни и здоровья работников при возникновении таких ситуаций, а также по оказанию первой помощи пострадавшим;

Статья 216.3. ТК РФ:

Санитарно-бытовое обслуживание работников в соответствии с требованиями охраны труда возлагается на работодателя. В этих целях работодателем по установленным нормам оборудуются санитарно-бытовые помещения, помещения для приема пищи, комнаты для отдыха в рабочее время и психологической разгрузки, **организуются посты для оказания первой помощи**, укомплектованные аптечками для оказания первой помощи, устанавливаются аппараты (устройства) для обеспечения работников горячих цехов и участков газированной соленой водой и другое.

Статья 31 Федерального закона от 21 ноября 2011 года № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»

Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 03 мая 2024 года № 220 н «Об утверждении порядка оказания первой помощи» (вступил в силу с 01 сентября 2024 года).

Первая помощь оказывается пострадавшим при несчастных случаях, травмах, ранениях, поражениях, отравлениях, других состояниях и заболеваниях, угрожающих жизни и здоровью пострадавших до оказания медицинской помощи.

ПЕРЕЧЕНЬ СОСТОЯНИЙ, ПРИ КОТОРЫХ ОКАЗЫВАЕТСЯ ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

1. Отсутствие сознания.
2. Остановка дыхания и (или) остановка кровообращения.
3. Нарушение проходимости дыхательных путей инородным телом и иные угрожающие жизни и здоровью нарушения дыхания.
4. Наружные кровотечения.
5. Травмы, ранения и поражения, вызванные механическими, химическими, электрическими, термическими поражающими факторами, воздействием излучения.
6. Отравления.
7. Укусы или ужаливания ядовитых животных.
8. Судорожный приступ, сопровождающийся потерей сознания.
9. Острые психологические реакции на стресс.

* Алгоритм оказания первой помощи

1 Оценка обстановки и устранение угрожающих факторов

2 Обзорный осмотр пострадавшего для выявления наружного кровотечения

3 Определение наличия признаков жизни у пострадавшего

⊘ **Сознания нет**



✓ **Сознание есть**

4 Восстановление проходимости дыхательных путей и определение наличия дыхания

⊘ **Дыхания нет**



✓ **Дыхание есть**

5 Вызов скорой медицинской помощи
112 – по мобильному, **103** – по стационарному телефону

6 Проведение сердечно-легочной реанимации

✓ **Появление признаков жизни**

7 Поддержание проходимости дыхательных путей

8 Подробный осмотр для выявления травм и опрос пострадавшего

9 Выполнение мероприятий по оказанию первой помощи в зависимости от характера травм

10 Оказание помощи пострадавшему в принятии лекарственных препаратов, назначенных лечащим врачом

11 Придание и поддержание оптимального положения тела пострадавшего

12 Вызов скорой медицинской помощи, если скорую не вызвали ранее

13 Контроль состояния пострадавшего и оказание психологической поддержки

14 Передача пострадавшего выездной бригаде скорой медицинской помощи или другим специальным службам



ОБНАРУЖИЛИ ПОСТРАДАВШЕГО БЕЗ СОЗНАНИЯ

КАК ПОДТВЕРДИТЬ БЕССОЗНАТЕЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ

ПРАВИЛЬНО

Аккуратно потормозить пострадавшего за плечи и громко спросить: «Что с Вами? Нужна ли Вам помощь?». Если реакции нет – значит он без сознания



НЕПРАВИЛЬНО

Давить на болевые точки пострадавшего, хлопнуть по щекам и т.д. Так вы рискуете нанести ему дополнительные травмы или усугубить состояние



КАК ДЕЙСТВОВАТЬ, ЕСЛИ ОПАСЕНИЯ ПОДТВЕРДИЛИСЬ

Восстановите проходимость дыхательных путей и определите наличие дыхания:

- 1 Одну руку положите на лоб пострадавшего и запрокиньте его голову
- 2 Двумя пальцами поднимите подбородок
- 3 Наклонитесь щекой и ухом ко рту и носу пострадавшего
- 4 В течение 10 секунд пробуйте услышать или почувствовать дыхание, а также увидеть движение грудной клетки



! Если дыхание не появилось или оно судорожное и хриплое, немедленно вызывайте скорую медицинскую помощь и начинайте сердечно-легочную реанимацию

НЕ ОПРЕДЕЛИЛИ ДЫХАНИЕ ПОСТРАДАВШЕГО

Когда пострадавший не дышит или делает это судорожно и с хрипами, организуйте вызов скорой медицинской помощи и проведите сердечно-легочную реанимацию до приезда врачей или появления признаков жизни.

КАК ОРГАНИЗОВАТЬ ВЫЗОВ СКОРОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ

Со сторонней помощью:

- 1 Громко позовите на помощь и обратитесь к человеку, который находится рядом
- 2 Четко и информативно укажите, что нужно сделать. Пример фраз: «Мужчина в голубой футболке. Мне нужна ваша помощь. Человек не дышит. Вызывайте скорую. Сообщите мне, что вызвали»



Самостоятельно:

- 1 Позвоните в скорую медицинскую помощь по номеру 112 или 103 и поставьте телефон на громкую связь
- 2 Сообщите диспетчеру где и что произошло, число пострадавших и их состояние, а также какую помощь оказываете
- 3 Заканчивайте разговор, когда диспетчер подтвердит, что вызов принят

КАК ПРОВЕСТИ СЕРДЕЧНО-ЛЕГОЧНУЮ РЕАНИМАЦИЮ

Надавливания на грудину:

- 1 Положите пострадавшего спиной на твердую поверхность
- 2 В середине грудной клетки пострадавшего поместите свои руки, одна на другой в положении «замок»
- 3 Осуществите 30 надавливаний с частотой 100-120 в минуту на 5-6 см в глубину выпрямленными руками и перпендикулярно плоскости грудины пострадавшего



Искусственное дыхание:

- 1 После 30 надавливаний запрокиньте голову пострадавшего и поднимите его подбородок, чтобы открыть дыхательные пути
- 2 Начните делать искусственное дыхание «Рот-ко-рту» или «Рот-к-носу». В первом случае закройте нос пострадавшего, во втором – рот. Сделайте два вдоха искусственного дыхания, каждый в течение одной секунды, и следите за грудной клеткой
- 3 После двух вдохов переходите к 30 надавливаниям на грудную клетку и чередуйте их с двумя вдохами искусственного дыхания до появления признаков жизни или приезда врачей
- 4 Если дыхание появилось, переведите пострадавшего в устойчивое боковое положение или запрокиньте его голову и поднимите подбородок, чтобы поддерживать проходимость дыхательных путей



! На комплекс из двух вдохов искусственного дыхания тратьте не более 10 секунд, а после всех мероприятий обязательно прополощите рот

УВИДЕЛИ, ЧТО ПОСТРАДАВШИЙ ПОДАВИЛСЯ

Задайте вопрос «Что случилось?». При частичном нарушении проходимости дыхательных путей пострадавший сможет ответить, при полном – будет хватать себя за горло, кивать и шумно дышать.

При частичном нарушении проходимости:

- 1 Объясните, что вдыхать нужно медленно, иначе инородный предмет пройдет глубже
- 2 Предложите пострадавшему откашляться и при этом не поите его водой, не толкайте, не бейте и т.д.



При полном нарушении проходимости:

- 1 Встаньте сбоку и немного сзади пострадавшего
- 2 Одной рукой придерживайте пострадавшего, другой – наклоните вперед
- 3 Основанием своей ладони до пяти раз резко ударьте пострадавшего между лопаток. После каждого удара проверяйте, не выпало ли инородное тело



ЕСЛИ В РЕЗУЛЬТАТЕ УДАРОВ УДАЛИТЬ ИНОРОДНОЕ ТЕЛО НЕ УДАЛОСЬ, ПЕРЕХОДИТЕ К ПРИЕМУ ГЕЙМЛИХА:

- 1** Встаньте сзади пострадавшего и обхватите его обеими руками на уровне верхней части живота
- 2** Сожмите кулак одной из рук и поместите его над пупком пострадавшего большим пальцем к себе



- 3** Второй рукой обхватите пострадавшего, положите руку сверху кулака и сделайте до пяти резких толчков в направлении внутрь и вверх
- 4** Когда результата нет, чередуйте пять толчков приемом Геймлиха с пятью резкими ударами между лопаток

ПОСТРАДАВШИЙ – ТУЧНЫЙ ЧЕЛОВЕК ИЛИ БЕРЕМЕННАЯ ЖЕНЩИНА?

Давите не руками на живот, а предплечьями на нижнюю часть груди



ОКАЗЫВАЕТЕ САМОПОМОЩЬ?

Ударьтесь верхней частью живота о какой-либо выступающий предмет, например, о спинку стула или кресла.

Повторяйте до извлечения инородного тела



! Если пострадавший потерял сознание, начните сердечно-легочную реанимацию и следите, когда инородное тело появится, чтобы извлечь его

ЗАМЕТИЛИ У ПОСТРАДАВШЕГО КРОВОТЕЧЕНИЕ

Если выявили кровотечение во время осмотра пострадавшего, значит оно наружное и его можно попытаться остановить самостоятельно. Внутреннее кровотечение остановит только врач.

КАК ОСТАНОВИТЬ НАРУЖНОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ

Осуществите прямое давление на рану:

- 1 Закройте рану салфетками, бинтом или тканью. Если их нет, наденьте на руки медицинские перчатки
- 2 Надавите рукой на рану с силой, которой достаточно для остановки кровотечения. По возможности, рекомендуйте пострадавшему самостоятельно выполнить мероприятие



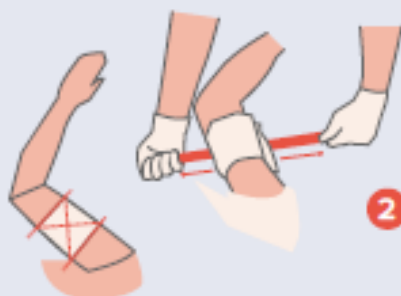
Наложите давящую повязку:

- 1 Наложите на рану стерильную салфетку, вскрытый бинт или свернутую ткань
- 2 Другой бинт с усилием оберните вокруг раненой части тела с периодическими перекрутами
- 3 Завяжите свободный конец бинта вокруг конечности, чтобы закрепить повязку
- 4 Если кровь просачивается, наложите новую повязку поверх старой

НЕ ПОМОГЛО? Выполните следующие действия

Наложите эластичный кровоостанавливающий жгут:

1 Расположите жгут между раной и сердцем



2 Заведите жгут за конечность, растяните его и оберните вокруг



3 Останавливает кровь первый тур жгута, остальные накладывайте так, чтобы каждый последующий наполовину перекрывал предыдущий по ширине



ОКАЗЫВАЕТЕ САМОПОМОЩЬ?

Наложите кровоостанавливающий жгут турникетного типа:

1 Плотнo оберните ленту вокруг конечности, пропустите ее через пряжку и закрепите липучкой

2 Поворачивайте вороток жгута до остановки кровотечения

3 Зафиксируйте вороток способом, который установил производитель

ВО ВСЕХ СЛУЧАЯХ

- 1** Следите, чтобы жгут не был прикрыт повязкой или одеждой и был на виду
- 2** Укажите в записке точное время наложения и поместите ее под жгут, или сделайте пометку на открытом участке тела пострадавшего
- 3** Имобилизуйте и термоизолируйте конечность, на которую наложили жгут



! Безопасный срок наложения жгута на конечность - 2 часа. Снимать жгут вне медицинской организации не рекомендуется