

Негосударственное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования
«Учебный центр «АЛЪЯНС»
(НОУ ДПО «Учебный центр «АЛЪЯНС»)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0382279B0037B43CVC48DB8B5FE24A59CE
Владелец: НОУ ДПО "УЧЕБНЫЙ ЦЕНТР "АЛЪЯНС"
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ЯЗВИНА ИРИНА ЛЬВОВНА
Действителен: с 25.04.2026 до 25.07.2027



ПРОГРАММА
ОБУЧЕНИЯ ПО ПРОГРАММЕ:
«ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПОСТРАДАВШИМ»

Москва, 2026 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Введение
2. Общие положения
 - 2.1. Цель обучения
 - 2.2. Планируемые результаты обучения
 - 2.3. Нормативный срок освоения программы
 - 2.4. Трудоемкость
3. Содержание программы
 - 3.1. Учебная программа
 - 3.2. Календарный учебный график
4. Рабочая программа по курсу обучения
- Промежуточная самопроверка знания (заочно) по темам 1,2,3
5. Организационно-педагогические условия
 - 5.1. Требования к условиям реализации программы
 - 5.2. Информационное обеспечение образовательного процесса при реализации программы обучения
6. Формы аттестации
7. Оценочные материалы
8. Итоговая проверка знания (очно) в форме тестирования (экзамен)
9. Алгоритм действий работников, прошедших обучение первой помощи, в случае наиболее распространенных травм и заболеваний
10. Основные законодательные, нормативные правовые акты, правила, приказы, инструкции и другие документы по курсу обучения
11. Программное обеспечение.
12. Информационные справочные системы и ресурсы

1. Введение

Программа обучения «Оказание первой помощи пострадавшим» представляет собой процесс получения работниками знаний, умений и навыков, позволяющих оказывать первую помощь до оказания медицинской помощи работникам при несчастных случаях на производстве, травмах, отравлениях и других состояниях, угрожающих их жизни и здоровью.

Программа обучения по оказанию первой помощи пострадавшим содержит практические занятия по формированию умений и навыков оказания первой помощи пострадавшим в объеме не менее 50 % от общего количества учебных часов. Практические занятия проводятся с применением технических средств обучения (тренажеров, медицинских изделий) и наглядных пособий.

Программа регламентирует цели, планируемые результаты, содержание, условия и технологии реализации образовательного процесса, оценку качества подготовки обучающихся и включает в себя: учебный план, фонды оценочных средств, программу итоговой аттестации, календарный учебный график и другие материалы, обеспечивающие качество подготовки обучающихся.

Программа составлена с учетом следующих основных законодательных, нормативных правовых актов, приказов, инструкций и других документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. «Трудовой кодекс Российской Федерации» от 30.12.2001 г. № 197-ФЗ.
3. Закон Российской Федерации 21.11.2011 г. №323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»
4. Постановление Правительства Российской Федерации от 24.12.2021 г. № 2464 «О порядке обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда», которым утверждены «Правила обучения по охране труда и проверки знания требований охраны труда».
5. Постановление Правительства Российской Федерации от 30.06.2026 г. № 805 «О внесении изменений в постановление Правительства Российской Федерации от 24.12.2021 г. № 2464».
6. Закон города Москвы от 12 марта 2008 г. № 11 "Об охране труда в городе Москве".
7. Приказ Минздрава России от 03.05.2024 г. № 220н. от 03.05.2024 г. № 220н «Об утверждении порядка оказания первой помощи».
8. Письмо Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 15 мая 2026 г. № 15-2/ООГ-830 «О прохождении обязательного медицинского осмотра».
9. Письмо Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 5 августа 2026 г. № 15-2/ООГ-1404 «Об обучении по охране труда и проверке знания требований охраны труда».
10. МЧС России. «Оказание первой помощи пострадавшим». Памятка.
11. Приказ Минтруда России от 22.04.2021 № 274н «Об утверждении профессионального стандарта «Специалист в области охраны труда» (Зарегистрировано в Минюсте России 24.05.2021 № 63604).

Вновь принимаемые на работу работники, а также работники, переводимые на другую работу, проходят обучение по оказанию первой помощи пострадавшим в сроки, установленные работодателем, но не позднее **60 календарных дней** после заключения трудового договора или перевода на другую работу соответственно. Обучение по оказанию первой помощи пострадавшим проводится **не реже одного раза в 3 года**.

В рамках обучения слушатели изучают организационно-правовые основы оказания первой помощи, универсальный алгоритм действий на месте происшествия, правила обеспечения собственной безопасности, порядок вызова скорой медицинской помощи и взаимодействия со специальными службами. Особое внимание уделяется практическим вопросам использования аптечек, упаковок и медицинских изделий.

Курс охватывает основные состояния, при которых оказывается первая помощь:

наружные кровотечения, отсутствие сознания, остановка дыхания и кровообращения, нарушение проходимости дыхательных путей, травмы различных областей тела, ожоги, отморожения, переохлаждение, перегревание, поражения химическими и электрическими факторами, отравления, укусы и ужаления ядовитых животных, судорожные приступы, а также психологическую поддержку пострадавшего.

В процессе обучения рассматриваются:

порядок первичного и подробного осмотра пострадавшего;
способы временной остановки наружного кровотечения;
техника сердечно-легочной реанимации;
восстановление проходимости дыхательных путей;
использование автоматического наружного дефибриллятора;
оказание помощи при травмах, ожогах, отравлениях и других неотложных состояниях;
правила транспортировки и передачи пострадавшего медицинским работникам.
Освоение программы позволяет слушателям:
уверенно действовать в чрезвычайной ситуации;
быстро оценивать состояние пострадавшего;
правильно определять приоритетность помощи;
выполнять мероприятия первой помощи в установленной последовательности;
снижать риск тяжелых последствий травм и внезапных состояний.

Курс рекомендован работникам организаций, ответственным за охрану труда и безопасность, педагогическим работникам, водителям, сотрудникам служб и подразделений, а также всем лицам, заинтересованным в получении современных знаний и навыков по оказанию первой помощи.

2. Общие положения

2.1. Цель обучения

Целью обучения являются:

подготовка работников, специалистов по общим вопросам охраны труда и функционирования системы управления охраной труда, работодателей, руководителей, иных лиц к оказанию первой помощи до оказания медицинской помощи работникам при несчастных случаях на производстве, травмах, отравлениях и других состояниях и заболеваниях, угрожающих их жизни и здоровью.

2.2. Требования к обучающимся

Категории слушателей:

- а) работники, на которых приказом работодателя возложены обязанности по проведению инструктажа по охране труда, включающего вопросы оказания первой помощи пострадавшим, до допуска их к проведению указанного инструктажа по охране труда;
- б) работники рабочих профессий;
- в) лица, обязанные оказывать первую помощь пострадавшим в соответствии с требованиями нормативных правовых актов;
- г) работники, к трудовым функциям которых отнесено управление автотранспортным средством;
- д) работники, к компетенциям которых нормативными правовыми актами по охране труда предъявляются требования уметь оказывать первую помощь пострадавшим;
- е) председатель (заместители председателя) и члены комиссий по проверке знания требований охраны труда по вопросам оказания первой помощи пострадавшим, лица, проводящие обучение по оказанию первой помощи пострадавшим, специалисты по охране труда, а также члены комитетов (комиссий) по охране труда;
- ж) специалисты по охране труда;
- з) иные работники по решению работодателя.

Требования к уровню образования обучающихся не предъявляются.

2.3. Форма и сроки обучения

Нормативный срок освоения программы **8 академических часов**

Форма обучения: очно-заочная. Теоретические занятия могут проводиться с применением дистанционных образовательных технологий и/или электронного обучения, практические занятия по формированию умений и навыков оказания первой помощи пострадавшим проводятся очно.

Трудоемкость программы: 8 академических часов, в т.ч. 4 академических часа практических занятий.

Сроки освоения программы: 1-2 дня.

Режим занятий: 4-8 академических часов в день.

2.4. Планируемые результаты обучения

Обучение работников направлено на совершенствование знаний по оказанию первой помощи пострадавшим на производстве.

Общие компетенции:

способность действовать в соответствии с Конституцией Российской Федерации, законодательными, нормативными правовыми актами, государственными стандартами, приказами и другими документами по курсу обучения, руководствуясь принципами правильности принимаемых решений;

Профессиональные компетенции:

соблюдать во время работы основные положения оказания самопомощи и взаимопомощи в случае пожаров, аварий, несчастных случаев и других чрезвычайных происшествий на производстве, как в целом на объекте, так и на каждом рабочем месте;

способность адекватно и оперативно действовать в ситуациях риска.

В результате обучения слушатели должны:

Знать:

основы охраны труда в Российской Федерации;
организационно-правовые аспекты оказания первой помощи;
принципы и порядок оказания первой помощи;
виды терминальных состояний;
правовые аспекты оказания первой помощи;
основы анатомии и физиологии человека;
алгоритмы оказания первой помощи;

Уметь:

оценить ситуацию и быстро действовать в экстремальных условиях;
оценить состояние пострадавшего и распознать признаки травм и состояний, требующих первой помощи;
оказывать первую помощь
использовать подручные средства при оказании первой помощи, при переноске, погрузке и транспортировании пострадавшего;
пользоваться аптечкой первой помощи.

Владеть навыками:

применения на практике полученной информации по вопросам оказания первой помощи
оказания первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения;
оказания первой помощи при наружных кровотечениях и травмах;
оказания первой помощи при прочих состояниях
применения средств и методов, необходимых для оказания первой помощи пострадавшим

3. Содержание программы

3.1. Учебный план

Учебный план разработан в целях реализации требований:

законодательных, нормативных правовых актов, государственных стандартов, сводов правил, правил, межотраслевых и отраслевых инструкций и других документов по получению работниками необходимых знаний по курсу: «Оказание первой помощи пострадавшим»

Срок обучения: 8 часов

Форма обучения: очно-заочная

№ п. п.	Наименование тем обучения	Всего часов	Из них		Форма контроля
			Аудито рные часы	Внеауди тные часы	
1.	Тема 1. Организационно—правовые аспекты оказания первой помощи	1,0	-	1,0	
1.1.	Нормативно-правовая база и организация оказания первой помощи в Российской Федерации	0,3	-	0,3	
1.2.	Укладки, наборы, комплекты и аптечки для оказания первой помощи. Основные компоненты и их назначение	0,1	-	0,1	
1.3.	Порядок оказания первой помощи. Приоритетность оказания первой помощи.	0,2	-	0,2	
1.4.	Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Перечень мероприятий по оказанию первой помощи и последовательность их выполнения	0,1	-	0,1	
1.5.	Обеспечение безопасных условий для оказания первой помощи. Профилактика инфекционных заболеваний при оказании первой помощи	0,1	-	0,1	
1.6.	Извлечение пострадавших из труднодоступных мест и их перемещение в безопасное место	0,1	-	0,1	
1.7.	Правила вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь	0,1	-	0,1	
2.	Тема 2. Оказание первой помощи при наружных кровотечениях	0,5	-	0,5	
2.1.	Кровотечение. Обзорный осмотр пострадавшего (пострадавших)	0,1	-	0,1	
2.2.	Признаки наружного кровотечения и кровопотери	0,1	-	0,1	
2.3.	Способы временной остановки наружного кровотечения	0,1	-	0,1	
2.4.	Последовательность выполнения мероприятий по остановке кровотечения	0,1	-	0,1	

№ п. п.	Наименование тем обучения	Всего часов	Из них		Форма контроля
			Аудио рные часы	Внеаудит орные часы	
2.5.	Остановка кровотечения при ранениях различных областей тела	0,1	-	0,1	
3.	Тема 3. Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения	0,6	-	0,6	
3.1.	Определение признаков жизни.	0,1	-	0,1	
3.2.	Восстановление и поддержание проходимости дыхательных путей.	0,1	-	0,1	
3.3.	Техника проведения сердечно-легочной реанимации	0,1	-	0,1	
3.4.	Использование автоматического наружного дефибриллятора (при его наличии).	0,1	-	0,1	
3.5.	Первая помощь при нарушении проходимости верхних дыхательных путей, вызванном инородным телом.	0,1	-	0,1	
3.6.	Первая помощь при иных угрожающих жизни и здоровью нарушениях дыхания.	0,1	-	0,1	
	Промежуточная проверка знаний по темам 1-4	0,2	-	0,2	зачет
4.	Тема 4. Оказание первой помощи при травмах, ранениях, поражениях и прочих состояниях	1,2		1,2	
4.1.	Подробный осмотр и опрос пострадавшего	0,1	-	0,1	
4.2.	Основные состояния, с которыми может столкнуться участник оказания первой помощи	0,1	-	0,1	
4.3.	Травмы различных областей тела	0,1	-	0,1	
4.4.	Поражения, вызванные термическими факторами, - ожоги, перегревание, отморожение, переохлаждение	0,1	-	0,1	
4.5.	Поражения, вызванные химическими и электрическими факторами, излучением	0,1	-	0,1	
4.6.	Отравления	0,1	-	0,1	
4.7.	Укусы и ужаления ядовитых животных	0,1	-	0,1	

№ п. п.	Наименование тем обучения	Всего часов	Из них		Форма контроля
			Аудио рные часы	Внеаудит орные часы	
4.8.	Судорожный приступ с потерей сознания	0,1	-	0,1	
4.9.	Помощь пострадавшему в принятии лекарственных препаратов	0,1	-	0,1	
4.10.	Придание и поддержание оптимального положения тела пострадавшего, контроль состояния, психологическая поддержка	0,1	-	0,1	
4.11.	Транспортировка пострадавшего	0,1	-	0,1	
4.12.	Передача пострадавшего выездной бригаде скорой медицинской помощи, медицинской организации, специальным службам	0,1	-	0,1	
	Практические занятия*) (очно)	4,0	4,0	-	
	Проверка знаний в форме тестирования (экзамен)	0,5	0,5		
	Итого	8,0	4,5	3,5	

4. Календарный учебный график

Наименование занятий	1 день	2 день
Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи	1,0	-
Оказание первой помощи при наружных кровотечениях	0,5	-
Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения	0,6	-
Оказание первой помощи при травмах, ранениях, поражениях и прочих состояниях	1,2	
Промежуточная проверка знаний по темам 1-4	0,2	
Практика		4,0
Итоговая аттестация		0,5

5. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО КУРСУ ОБУЧЕНИЯ

Тема 1. Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи

Теоретическое занятие

1.1. Нормативно-правовая база и организация оказания первой помощи в Российской Федерации

Основные законодательные документы:

Постановление Правительства РФ от 24.12.2021 № 2464 «О порядке обучения по охране труда и проверки знания требований охраны труда»,

Закон Российской Федерации 21.11.2011 г. №323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»

Постановление Правительства Российской Федерации от 24.12.2021 г. № 2464 «О порядке обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда», которым утверждены «Правила обучения по охране труда и проверки знания требований охраны труда».

Постановление Правительства Российской Федерации от 30.06.2026 г. № 805 «О внесении изменений в постановление Правительства Российской Федерации от 24.12.2021 г. № 2464.

Приказ Минздрава России от 03.05.2024 г. № 220н. от 03.05.2024 г. № 220н «Об утверждении порядка оказания первой помощи».

Письмо Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 15 мая 2026 г. № 15-2/ООГ-830 «О прохождении обязательного медицинского осмотра».

Приказ Минтруда России от 22.04.2021 № 274н «Об утверждении профессионального стандарта «Специалист в области охраны труда» (Зарегистрировано в Минюсте России 24.05.2021 № 63604).

Кто обязан оказывать помощь.

1.2. Укладки, наборы, комплекты и аптечки для оказания первой помощи. Основные компоненты и их назначение

Укладки, наборы, комплекты - Это систематизированные наборы средств для экстренного реагирования. Их состав зависит от назначения: для дома, автомобиля, офиса, производства, массовых мероприятий, а также специализированные (для МЧС, МВД, РЖД).

1.3. Порядок оказания первой помощи. Приоритетность оказания первой помощи

Порядок оказания первой помощи.

Универсальный алгоритм, утверждённый приказом Минздрава России от 03.05.2024 г. № 220н. «Об утверждении порядка оказания первой помощи».

Приоритетность (если пострадавших несколько): определение приоритета по тяжести состояния.

1.4. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Перечень мероприятий по оказанию первой помощи и последовательность их выполнения

Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь.

Перечень мероприятий по оказанию первой помощи и последовательность их выполнения определены приказом Минздрава России от 03.05.2024 г. № 220н «Об утверждении порядка оказания первой помощи».

1.5. Обеспечение безопасных условий для оказания первой помощи. Профилактика инфекционных заболеваний при оказании первой помощи

Оценка обстановки и обеспечение безопасных условий для себя, пострадавшего и окружающих.

Важно: выявление и устранение факторов, угрожающих жизни и здоровью:

поражение электрическим током;

интенсивное дорожное движение;

возможное возгорание или взрыв;
поражение токсическими веществами;
агрессивно настроенные люди;
высокая вероятность обрушения здания или конструкций;
животные и другие факторы.
Профилактика инфекционных заболеваний при оказании первой помощи
Методы снижения риска заражения при оказании первой помощи
Состав аптечки для оказания первой помощи

1.6. Извлечение пострадавших из труднодоступных мест и их перемещение в безопасное место

Извлечение из труднодоступных мест
Условия для экстренного извлечения
Техника извлечения в зависимости от состояния пострадавшего

1.7. Правила вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь

Номер для вызова. Единый номер экстренных служб — 112.
Также можно звонить напрямую 103 (скорая помощь), 101 (спасатели), 102 (полиция).
Обязательные данные для вызова:
Место происшествия — это сильно ускоряет приезд бригады).
Что случилось (кратко: «человек упал с высоты», «произошло ДТП», «задымление в помещении»)).
Число пострадавших и тяжесть их состояния (сколько человек, как они выглядят, есть ли дети, беременные).
Какая помощь оказывается (например, «оказываю искусственное дыхание», «остановили кровотечение»)).
Номер телефона и данные звонившего.

Тема 2. Оказание первой помощи при наружных кровотечениях

Теоретическое занятие

2.1. Кровотечение. Обзорный осмотр пострадавшего (пострадавших)

Понятие кровотечения
Опасность острой кровопотери.
Признаки острой кровопотери:
Обзорный осмотр пострадавшего: цель (быстро выявить признаки наружного кровотечения, требующего немедленной остановки); методика проведения.

2.2. Признаки наружного кровотечения и кровопотери

Виды наружного кровотечения.
Артериальное. Наиболее опасное. Признаки: пульсирующая алая струя крови, быстро расплывающаяся лужа алой крови, быстро пропитываемая кровью одежда пострадавшего.
Венозное. Кровь тёмно-вишнёвого цвета, вытекает «ручьём». Скорость кровопотери меньше, чем при артериальном, но тоже требует остановки.
Капиллярное. Наблюдается при ссадинах, порезах, царапинах. Как правило, не представляет непосредственной угрозы для жизни.
Смешанное. Сочетает признаки артериального, венозного и капиллярного кровотечений (например, при глубоких обширных ранениях или отрыве конечности).

2.3. Способы временной остановки наружного кровотечения

Способы временной остановки наружного кровотечения.

Прямое давление на рану.
Наложение давящей повязки.
Пальцевое прижатие артерии. .
Максимальное сгибание конечности в суставе. Применяется как дополнительный способ.
Наложение кровоостанавливающего жгута.
Важно: при наличии в ране инородного предмета его нельзя извлекать на месте происшествия — нужно зафиксировать валиками из бинта, пластырем или повязкой.
Действия после остановки кровотечения

2.4. Последовательность выполнения мероприятий по остановке кровотечения

Последовательность выполнения мероприятий по остановке кровотечения. Обеспечение безопасности.
Если есть опасность — устранение её .
Проверка признаков жизни. Оценка сознания, дыхания, пульса.
Проведение обзорного осмотра, для выявления продолжающегося кровотечения.
Определение вида кровотечения (капиллярное, венозное, артериальное) — от этого зависит тактика.

2.5 Остановка кровотечения при ранениях различных областей тела

Краткие алгоритмы остановки кровотечения при ранениях различных областей тела.
Главные аспекты. Выбор способов
Рекомендации по областям тела.
Голова.
Шея.
Грудная клетка, живот, таз.
Конечности.
Общие советы, которые работают для любой области.

Тема 3. Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения

Теоретическое занятие

3.1. Определение признаков жизни

Короткий алгоритм действий

3.2. Восстановление и поддержание проходимости дыхательных путей

Восстановление проходимости
Проверка ротовой полости.
Действия при западании языка
Поддержание проходимости
Если человек без сознания, но дышит — придание ему устойчивого бокового положения для снижения риска западания языка

3.3. Техника проведения сердечно-легочной реанимации

Алгоритм:
Оценка безопасности.
Проверка сознания.
Проверка дыхания. В течение 10 секунд оцените: есть ли движение грудной клетки, слышно ли дыхание, чувствуете ли вы выдыхаемый воздух щекой. Если дыхание отсутствует или оно агональное (редкие, судорожные вдохи) — начинайте СЛР.

Вызов скорой помощи (112 или 103).
Начинание компрессии грудной клетки.
Включение в помощь искусственное дыхание.

3.4. Использование автоматического наружного дефибриллятора (при его наличии).

В лекции приводится алгоритм использования автоматического наружного дефибриллятора.

3.5. Первая помощь при нарушении проходимости верхних дыхательных путей, вызванном инородным телом.

Краткий алгоритм. Главное — действовать быстро, но спокойно.
Действия при полном нарушении сознания.

3.6. Первая помощь при иных угрожающих жизни и здоровью нарушениях дыхания

Какие ситуации относятся к «иным угрожающим жизни и здоровью нарушениям дыхания» .
Общий алгоритм действий.

Тема 4. Оказание первой помощи при травмах, ранениях, поражениях и прочих состояниях

Теоретическое занятие

4.1. Подробный осмотр и опрос пострадавшего

Этапы оказания первой помощи, который проводят, только если человек в сознании.
Цели.

4.2. Основные состояния, с которыми может столкнуться участник оказания первой помощи

Отсутствие сознания.
Остановка дыхания и (или) остановка кровообращения.
Нарушение проходимости дыхательных путей (например, инородное тело) или иные угрожающие жизни нарушения дыхания.
Наружные кровотечения.
Травмы, ранения и поражения (механические, химические, электрические, термические, от излучения). Сюда же можно отнести ожоги и отморожения и другие.

4.3. Травмы различных областей тела

Травмы различных областей тела: голова и шея, туловище, верхние конечности, нижние конечности, особые случаи.

4.4. Поражения, вызванные термическими факторами, - ожоги, перегревание, отморожение, переохлаждение

Температурные факторы (ожоги) и их неблагоприятное воздействие на человека.
Виды травм, вызванные воздействием на человека высоких температур.
Ожоги термические и причины их возникновения. Местное и общее воздействие ожога на организм человека. Степени ожогов и их признаки. Площадь поражения и методы ее измерения.
Ожоги верхних дыхательных путей, признаки.
Термические ожоги и лучевые поражения глаз, их характерные признаки. Осложнения, вызванные ожогами. Ожоговый шок и его признаки.
Причины возникновения и признаки перегревания организма. Осложнения, вызванные перегреванием.
Средства для оказания первой помощи и повязки, используемые при термических ожогах.

Характерные ошибки, встречающиеся при оказании первой помощи пострадавшему при термических ожогах.

Переохлаждение и причины их возникновения. Степени поражения и характерные признаки. Осложнения, вызываемые переохлаждением. Виды травм, вызванные воздействием на человека низких температур. Первая помощь при переохлаждении. Борьба с осложнениями переохлаждения.

4.5. Поражения, вызванные химическими и электрическими факторами, излучением

Причины, характер и прогноз по каждому фактору поражения.

Кратко: химические — из-за ядов, электрические — из-за тока, лучевые — из-за излучения (в том числе радиации).

Во всех случаях тяжесть зависит от дозы, длительности воздействия и пути попадания фактора в организм.

4.6. Отравления

Отравления химическими веществами. Пути попадания химических веществ в организм человека и их повреждающее воздействие.

Общие признаки и осложнения, вызванные отравлениями.

Отравление угарным газом, хлором и аммиаком. Причины отравления и их характерные признаки. Степени тяжести отравления.

Первая помощь при отравлениях химическими веществами.

Пищевые отравления. Причины возникновения пищевых отравлений и их характерные признаки.

Средства для оказания первой помощи. Пути выведения опасных веществ из организма при отравлениях различными веществами. Первая помощь при пищевых отравлениях.

4.7. Укусы и ужаления ядовитых животных

Ядовитые животные (змеи, пауки, насекомые, некоторые рыбы и другие) вводят токсины при укусе — и это может вызвать как местные реакции, так и общее отравление. Что происходит с работником и что делать в этом случае.

Важное предупреждение

Не повторяйте распространённых ошибок: не накладывайте жгут, не делайте разрезы, не пытайтесь отсосать яд.

4.8. Судорожный приступ с потерей сознания

Признаки судорожного приступа с потерей сознания

Фазы

4.9. Помощь пострадавшему в принятии лекарственных препаратов

Основное - помочь человеку принять лекарство, которое ему ранее назначил врач.

Важное уточнение: вы не назначаете лечение — вы лишь помогаете принять препарат, который уже был прописан врачом. Этот пункт включён в актуальный порядок оказания первой помощи.

4.10. Придание и поддержание оптимального положения тела пострадавшего, контроль состояния, психологическая поддержка

Последовательность действий.

1. Придание и поддержание оптимального положения тела при различных травмах.

Цели и способы.

4.11. Транспортировка пострадавшего

Транспортировка . Правила.

Главное правило: не перемещайте человека без крайней необходимости.

Чего избегать. Способы переноски.

4.12 Передача пострадавшего выездной бригаде скорой медицинской помощи, медицинской организации, специальным службам

Передача пострадавшего бригаде скорой помощи, сотрудникам медицинской организации или другим специальным службам (полиция, спасатели), чьи сотрудники по закону или правилам обязаны оказывать первую помощь.

Как это сделать

Оказание содействия в транспортировке

Цель — чтобы медики сразу получили полную картину и могли продолжить помощь, в том числе во время транспортировки в лечебное учреждение.

Промежуточная проверка знаний (примеры вопросов)

Как характеризуется венозное кровотечение при наружном осмотре?

- А) Кровь выделяется редкими каплями со всей поверхности поврежденного участка тела
- Б) Кровь бьет прерывистой струей в такт с сокращениями сердечной мышцы
- В) Кровь темного цвета вытекает из раны равномерным и непрерывным потоком

Где должны располагаться руки оказывающего помощь при проведении непрямого массажа сердца?

- А) В верхней части грудины около ключиц
- Б) На середине грудной клетки пострадавшего
- В) В области левой половины грудной клетки над сердцем

Какое принципиальное условие должно строго соблюдаться перед самым началом оказания первой помощи?

- А) Наличие письменного заявления со стороны очевидцев или администрации
- Б) Предварительное согласование всех планируемых действий со службой спасения
- В) Полное отсутствие угрозы для жизни и здоровья самого человека, оказывающего помощь

***) Практическое занятие**

По теме 2: «Оказание первой помощи при наружных кровотечениях»

Отработка проведения обзорного осмотра пострадавшего (пострадавших).

Отработка временной остановки наружного кровотечения при ранении головы, шеи, груди, спины, живота, конечностей и смежных зон с помощью прямого давления на рану.

Отработка наложения давящей повязки при ранении головы, груди, спины, живота, конечностей и смежных зон.

Отработка приемов наложения табельных и импровизированных кровоостанавливающих жгутов разных конструкций при ранении конечностей.

Отработка приемов наложения давящей повязки с фиксацией инородного предмета в ране живота, груди, спины, конечностей.

***) Практическое занятие**

По теме 3: «Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения»

Отработка последовательности выполнения реанимационных мероприятий.

Оценка обстановки на месте происшествия.

Отработка приемов определения сознания у пострадавшего.

Отработка приемов восстановления проходимости верхних дыхательных путей.

Оценка признаков жизни у пострадавшего.

Отработка вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб.

Отработка приемов давления руками на грудину пострадавшего.

Отработка приемов искусственного дыхания "рот ко рту", "рот к носу" с применением устройств для искусственного дыхания.

Отработка приема перевода пострадавшего в устойчивое боковое положение.

Отработка алгоритма применения автоматического наружного дефибриллятора.

Отработка приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей пострадавшего.

***) Практическое занятие**

По теме 4: «Оказание первой помощи при травмах, ранениях, поражениях и прочих состояниях»

Проведение подробного осмотра и опроса пострадавшего.

Отработка наложения окклюзионной (герметизирующей) повязки при ранении грудной клетки.

Отработка приемов наложения повязок на рану при выпадении органов брюшной полости, при наличии инородного предмета в ране живота, груди, спины, конечностей.

Отработка приемов первой помощи при переломах. Иммобилизация (подручными средствами, аутоиммобилизация, с использованием медицинских изделий, обездвиживание руками травмированных частей тела).

Отработка приемов фиксации шейного отдела позвоночника.

Отработка приемов наложения повязок при ожогах различных областей тела. Применение местного охлаждения.

Отработка приемов наложения термоизолирующей повязки при отморожениях.

Отработка приемов придания оптимального положения тела пострадавшему при отсутствии сознания, травмах различных областей тела, значительной кровопотере.

Отработка приемов экстренного извлечения пострадавшего из труднодоступного места, отработка основных приемов (пострадавший в сознании, пострадавший без сознания).

Отработка приемов перемещения пострадавших на руках одним, 2 и более участниками оказания первой помощи. Отработка приемов перемещения пострадавших с травмами головы, шеи, груди, спины, живота, таза, конечностей и позвоночника.

Отработка приемов оказания психологической поддержки пострадавших при различных острых психологических реакциях на стресс. Способы самопомощи в экстремальных ситуациях."

5. Организационно-педагогические условия

5.1. Требования к условиям реализации программы обучения работников

Образовательная деятельность слушателей предусматривает следующие виды учебных занятий: аудиторные занятия (лекции) при очной или очно-заочной формам обучения, внеаудиторные занятия, практические занятия и другие виды учебных занятий, определенные учебным планом.

Реализация компетентного подхода к обучению работников в сочетании с внеаудиторной работой способствует формированию и развитию профессиональных навыков слушателей.

Для всех видов занятий 1 академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

5.1.1. Квалификация педагогических кадров, обеспечивающих реализацию образовательного процесса

Организация, осуществляющая образовательную деятельность, реализующая программу, укомплектована квалифицированными кадрами. Уровень квалификации работников организации соответствует квалификационным характеристикам по соответствующей должности.

Образовательный процесс осуществляется преподавателями с профильным высшим образованием. Все задействованные при реализации программы преподаватели владеют технологиями организации образовательного процесса взрослых, основываются на своих знаниях, практическом профессиональном опыте.

Педагогические работники проходят в установленном законодательством Российской Федерации порядке периодическое обучение и проверку знаний и навыков в области охраны труда. Обучение работников по оказанию первой помощи пострадавшим проводится с привлечением работников или иных специалистов, имеющих подготовку по оказанию первой помощи в объеме не менее 8 часов и в соответствии с примерными перечнями тем, предусмотренными приложением № 2 Постановления № 2464 и прошедших подготовку по программам дополнительного профессионального образования повышения квалификации по подготовке преподавателей (инструкторов), обучающихся приемам оказания первой помощи.

5.1.2. Материально-технические условия реализации программы

Для реализации программы в очно-заочном формате имеется учебная аудитория, оборудованная учебной мебелью, плакатами, есть манекен для СЛР.

При необходимости для проведения теоретических занятий может применяться система дистанционного обучения (СДО).

Для учебного процесса используются учебно-методические материалы, учебные пособия, презентации, тесты для самоконтроля – все, что необходимо для эффективного современного обучения.

Для организации электронного обучения образовательное учреждение обеспечивает доступ обучающихся и педагогических работников к учебно-методическому контенту, организованному в виртуальной обучающей среде.

Для обеспечения эффективного образовательного процесса с применением электронного обучения слушателям необходимо следующее материально-техническое обеспечение: персональный компьютер с выходом в информационно-коммуникационную сеть «Интернет» и программное обеспечение (пакет офисных приложений, веб-браузер).

Для успешного освоения обучения в электронной форме от обучающихся требуется навык использования персонального компьютера на уровне пользователя - основные приемы работы с текстом, файлами и папками в приложениях Windows, работа в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (в том числе использование сервисов электронной почты).

5.2. Информационные и учебно-методические условия реализации программы

В качестве методического сопровождения используется учебно-методический материал, включающий: электронный конспект лекций, презентацию, глоссарий основных понятий, образцы документов.

Теоретические занятия могут проводиться очно в учебной аудитории, очно-заочно или заочно в формате изучения слушателями лекций и другими учебными и учебно-методическими пособиями на сайте Образовательной организации в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

6. Формы аттестации

Между освоением тем обучения проводится промежуточная аттестация.

Итоговая аттестация слушателей проводится в соответствии с требованиями, установленными Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

Освоение программы обучения завершается итоговой аттестацией в форме тестирования.

Цель итоговой аттестации - оценить результаты обучения и степень освоения программы.

К итоговой аттестации допускаются лица, выполнившие требования, предусмотренные программой обучения.

Итоговая аттестация в форме тестирования (экзамен) проводится в сроки, предусмотренные учебным планом и календарным графиком учебного процесса.

Слушателям, успешно прошедшим итоговую аттестацию, выдается протокол проверки знаний требований охраны труда.

Итоговая аттестация в форме тестирования (экзамен) проводится в сроки, предусмотренные учебным планом и календарным графиком учебного процесса.

7. Оценочные материалы

Каждый Слушатель при прохождении итоговой аттестации в форме тестирования выбирает 1 билет (тест) по 20 вопросов в каждом. Слушатель считается прошедшим проверку знаний требований охраны труда, если он правильно ответил не менее чем на 60 % вопросов

Слушателям, не успешно прошедшим проверку знаний требований охраны труда с результатом менее 60%, выставляют оценку «не удовлетворительно».

Слушатель, не прошедший проверки знаний требований охраны труда, обязан после этого пройти повторную проверку знаний требований охраны труда в течение 30 календарных дней со дня прохождения первичной.

8. Итоговая проверка знаний в форме тестирования (очно) (примеры вопросов)

Каким образом требования по обучению работников оказанию первой помощи связаны с охраной труда на предприятии?

- А) Обучение оказанию первой помощи является обязательным элементом системы подготовки по охране труда
- Б) Обучение проводится исключительно по добровольному желанию самих работников в нерабочее время
- В) Подготовка по первой помощи полностью заменяет собой вводный инструктаж по охране труда

В течение какого времени разрешается использовать аптечки, которые были укомплектованы до вступления в силу новых правил?

- А) До окончания текущего календарного года независимо от состояния вложений
- Б) В течение установленного переходного периода до истечения срока годности содержащихся в них изделий
- В) До момента проведения первой плановой проверки государственным инспектором

Какое действие должен предпринять человек, оказывающий помощь, сразу после устранения угрожающих факторов и оценки сознания пострадавшего?

- А) Самостоятельно ввести обезболивающее средство
- Б) Вызвать скорую медицинскую помощь или специализированные службы
- В) Начать транспортировку пострадавшего в безопасное место

Что должен сделать оказывающий помощь человек, если пострадавший без сознания начинает самостоятельно дышать?

- А) Начать проведение искусственного дыхания
- Б) Оставить пострадавшего в исходном положении и не прикасаться к нему
- В) Придать пострадавшему устойчивое боковое положение для сохранения проходимости путей

9. А Л Г О Р И Т М

действий работников, прошедших обучение первой помощи, в случае наиболее распространенных травм и заболеваний

СЛАБОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ



1. Слабый порез или царапину промыть водой.
2. Открытую ранку не надо прижигать йодом и зеленкой. Можно – перекисью водорода.
3. Наложить повязку.

КРОВОТЕЧЕНИЕ ИЗ НОСА



1. Сожмите крылья носа, посоветуйте пострадавшему нагнуться вперед и дышать ртом.
2. Не просите его отклониться назад или запрокинуть голову, кровь может попасть в трахею или желудок и вызвать рвоту.
3. Если кровотечение не останавливается в течение 15-20 минут, вызовите скорую.

СИЛЬНОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ



1. Чем зажимать рану?
Желательно: марлевые салфетки, бинты. Можно: рукой, майкой, полотенцем, любым перевязочным материалом.
2. Если кровь сочится через материал, не убирайте его с раны, а перетяните поверх другой тканью. Сохраняйте давление.
3. Нужно ли накладывать жгут? Жгут используют только для остановки сильного артериального кровотечения.

АРТЕРИАЛЬНОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ



1. Первые действия: прямое давление на рану, наложение давящей повязки, максимальное сгибание конечности в суставе или пальцевое прижатие артерии.
2. Только если эти способы не помогают, накладывается жгут – выше раны, поверх одежды. Если одежды нет, следует что-нибудь подложить.
3. Обязательно фиксируется время наложения жгута. Эту информацию необходимо сообщить врачам.

Вопросы

Человек выглядит бледным, ощущает озноб и головокружение. Что это значит?

Это значит, что человек погружается в состояние шока. Немедленно вызовите бригаду скорой помощи.

Могу ли я заразиться какой-либо инфекцией при соприкосновении с кровью другого человека?

Лучше всего избегать контакта с кровью другого человека. Вы можете использовать медицинские перчатки, полиэтиленовый пакет или попросить пострадавшего самому зажать рану.

Нужно ли промыть рану?

Это можно сделать при незначительных порезах и ссадинах, в случае сильного кровотечения, это делать не надо — вы смоете запекшуюся кровь и кровотечение усилится.

Что делать, если внутри раны находится посторонний предмет?

Не извлекайте его из раны, это может усилить кровотечение. Вместо этого наложите тугую повязку вокруг этого предмета.

ПЕРЕЛОМЫ

КАК ОПРЕДЕЛИТЬ

У человека могут возникать отеки, синяки или сильная боль, или он может лежать в неестественном положении. В тяжелых случаях конечность может быть деформирована или иметь открытую рану.

ЧТО ДЕЛАТЬ В СЛУЧАЕ ЗАКРЫТОГО ПЕРЕЛОМА



1. Попросите пострадавшего поддерживать поврежденную конечность рукой, положите ее на подушку или воспользуйтесь предметами одежды, чтобы предотвратить ненужные движения.
2. Положите холод (пакет со льдом) на больное место.
3. Если поврежденная часть тела очевидным образом деформирована или крайне болезненна, вызовите скорую.
4. Удостоверьтесь в том, что поврежденной конечности обеспечен покой, пока не прибудет помощь.
5. Если скорую вызвать невозможно и транспортировку придется организовывать самостоятельно, на сломанную конечность накладывается шина.

ЧТО ДЕЛАТЬ В СЛУЧАЕ ОТКРЫТОГО ПЕРЕЛОМА

1. При открытых переломах сначала остановите наружное кровотечение.

2. Обеспечьте неподвижность места переломов костей с помощью шин или подручных средств (ветка, доска) поверх одежды.



3. Вызовите (самостоятельно или с помощью окружающих) скорую помощь.

4. Наложите на рану нетугую асептическую повязку.

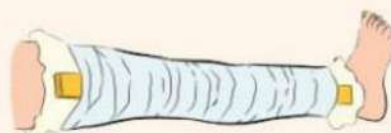
5. Положите холод (пакет со льдом) на повязку над раной.

6. Укутайте пострадавшего теплым одеялом, одеждой.

КАК ПРАВИЛЬНО НАКЛАДЫВАТЬ ШИНУ



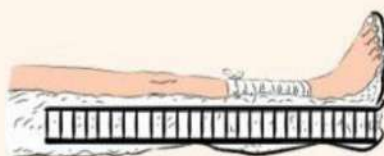
Шина накладывается так, чтобы обездвижить два сустава, расположенные выше и ниже места перелома.



В качестве шины можно использовать палки, доски, линейки, прутья, фанеру, картон и др. Шину при закрытых переломах накладывают поверх одежды.



При открытых переломах нельзя прикладывать шину к местам, где выступают наружу костные отломки.



Шину на всем протяжении (исключая уровень перелома) прикрепить к конечности бинтом, плотно, но не очень туго, чтобы не нарушалось кровообращение. При переломе нижней конечности шины накладывать с двух сторон.



При отсутствии шин или подручных средств поврежденную ногу можно обездвижить, если прибинтовать ее к здоровой ноге, а руку — к туловищу.

Важно!

Если кость выглядит неестественно или есть смещение, ни в коем случае нельзя вправлять ее самостоятельно.

ВЫВИХИ И РАСТЯЖЕНИЯ

КАК ОПРЕДЕЛИТЬ

У человека может появиться боль, отек или синяк вокруг сустава или вдоль мышцы. Если травмирован сустав, возможны трудности при движении.

ЧТО ДЕЛАТЬ

1. Обеспечьте покой, убедите пострадавшего не двигать травмированной частью тела и не пытайтесь ее распрямить.
2. Приложите пузырь со льдом, обернутый полотенцем, к травмированной области на 20 минут. Не больше.
3. Положите пострадавшую конечность повыше, если это не причиняет дополнительной боли.
4. Дайте обезболивающее.
5. Обратитесь в травмпункт за рентгеном или вызовите скорую, если человек не может ходить или боль слишком острая.



Важно!

- При малейшем подозрении на закрытый перелом считайте, что у пострадавшего перелом и нужен рентген (см. раздел «Перелом»).
- Не пытайтесь вправить вывих самостоятельно.

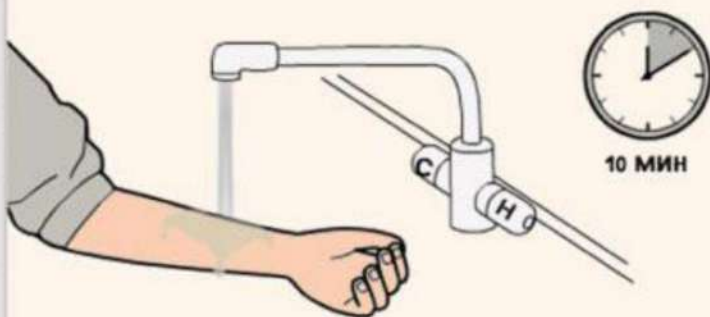
ОЖОГИ

ЧТО ДЕЛАТЬ

1. Охладите обожженную область под струей холодной воды в течение как минимум 10 минут.

2. Наложите на место ожога стерильную нетугую повязку. При больших площадях ожога накройте его чистой тканью, например, простыней.

3. В случае необходимости вызовите скорую. Всегда вызывайте скорую, если от ожога пострадал ребенок, обожженная область покрылась пузырями, затронуто несколько областей тела, если невооруженным глазом видны внутренние ткани.



Важно!

- Не трогайте ничего, что прилипло к обожженной области.
- Нельзя смазывать ожог маслом — оно сохраняет тепло и может принести только вред.
- Не надо использовать лед для охлаждения ожога, он может повредить кожу.
- Не используйте пластырь, он прилипает к коже и может дополнительно повредить ее.

... ЗАКУПОРКА ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ ...

КАК ОПРЕДЕЛИТЬ

Пострадавший задыхается (судорожные дыхательные движения), не способен говорить, внезапно становится синюшным, может потерять сознание.

ЧТО ДЕЛАТЬ

■ Если приступ удушья у взрослого или у ребенка старше 1 года

1. Встаньте позади пострадавшего, обхватите его сзади обеими руками на уровне верхней половины живота.

2. Наклоните пострадавшего вперед.

3. Сожмите руку в кулак, поместите его посередине между пупком и мечевидным отростком грудины.

4. Обхватите кулак другой рукой и резко надавите на живот пострадавшего в направлении внутрь и кверху.

5. Повторите маневр 5 раз.



6. Если пострадавший без сознания, сядьте сверху на бедра, обеими ладонями резко надавите на реберные дуги.

7. Извлеките посторонний предмет пальцами, обернутыми салфеткой, бинтом. Перед извлечением инородного тела необходимо повернуть голову пострадавшего набок.

■ Если приступ удушья у ребенка до 1 года

1. Положите его так, чтобы голова была ниже груди, поддерживая голову и шею.

2. Выполните 5 ударов в область между лопатками и затем 5 толчков в центр грудной клетки своими пальцами.

3. Центр грудной клетки у ребенка в возрасте до года находится между сосками.

4. Повторяйте эту процедуру до тех пор, пока застрявший объект не будет вытолкнут наружу или ребенок не закричит.



СЕРДЕЧНЫЙ ПРИСТУП

КАК ОПРЕДЕЛИТЬ

Давящие боли за грудиной, точечные неприятные ощущения в руках, шее, челюсти, спине или животе, частое прерывистое дыхание, учащенное неритмическое сердцебиение, слабый учащенный пульс в конечностях, холодный, липкий, обильный пот, тошнота и иногда рвота.

ЧТО ДЕЛАТЬ

1. Срочно вызовите скорую.
2. Если есть возможность, измерьте артериальное давление, частоту сердечных сокращений и пульс.
3. Посоветуйте больному принять аспирин, если у него нет аллергии. Важно разжевать таблетку.
4. Поинтересуйтесь, есть ли у больного препараты, назначенные лечащим врачом.
5. Удостоверьтесь, что он находится в удобном положении – в кресле с подлокотниками или в кровати с приподнятым изголовьем.
6. Успокаивайте и подбадривайте больного в ожидании скорой.

ИНСУЛЬТ

КАК ОПРЕДЕЛИТЬ

Внезапная слабость или онемение в руке или ноге, нарушение речи и ее понимания, головокружение, нарушение координации движений, резкая головная боль, обморок, перекос лица.

Простейший тест на инсульт



Не может
улыбнуться?
Уголок рта
опущен?



Не может
поднять обе
руки?
Одна ослабла?



Не может
разборчиво
произнести
свое имя?

ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Вызовите скорую.
2. Уложите больного на высокие подушки, подсунув их под плечи, лопатки, голову.
3. Откройте форточку или окно, обеспечив приток свежего воздуха.
4. Расстегните воротничок рубашки, тугой ремень, снимите стесняющую одежду.
5. Измерьте давление.
6. При первых признаках рвоты поверните голову больного на бок.
7. Разговаривайте с пострадавшим спокойно, старайтесь его подбодрить.

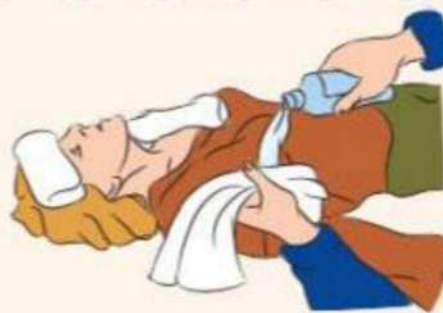
ТЕПЛОВОЙ УДАР

КАК ОПРЕДЕЛИТЬ

Прекращение потоотделения, повышенная температура тела (до 40 °С), бледная горячая кожа, снижение артериального давления, частый слабый пульс, судороги, рвота, понос, потеря сознания.

ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Вызовите скорую.
2. Переместите человека в более прохладное место.
3. Обеспечьте приток свежего воздуха.
4. Снимите с него или расстегните тесную одежду.
5. Оберните тело прохладной влажной тканью. Или положите на голову, шею и паховые области смоченные в холодной воде полотенца.



6. Дайте выпить прохладной минеральной или обычной, слегка подсоленной воды.
7. В случае необходимости продолжайте охлаждение, приложив лед или холодный предмет, обернутый тканью, к запястьям, локтям, паховой области, шее и подмышкам.

ПЕРЕОХЛАЖДЕНИЕ

КАК ОПРЕДЕЛИТЬ

Пострадавший бледен, холоден на ощупь. Он может не испытывать дрожи, но частота дыхания замедлена, а температура тела ниже 35 градусов по Цельсию.

ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Вызовите скорую.
2. Переместите пострадавшего в теплое помещение, укутайте одеялом.
3. Дайте ему горячий напиток, но не содержащий кофеина или алкоголя. Предложите высококалорийную пищу.

Важно!

Если есть признаки обморожения — потеря чувствительности, побеление кожи, покалывание, — нельзя растирать пораженные участки снегом, маслом или вазелином. Это может травмировать кожный покров. Просто укутайте эти участки в несколько слоев.

ТРАВМА ГОЛОВЫ

ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Остановите кровотечение. Плотнo прижмите к ране стерильную салфетку. Удерживайте ее пальцами до остановки кровотечения. Приложите холод к голове.

2. Вызовите (самостоятельно или с помощью окружающих) скорую.

3. Контролируйте наличие пульса, дыхания, реакции зрачков на свет.

4. Если пульса, дыхания и реакции зрачков нет, начинайте сердечно-легочную реанимацию.

5. После восстановления дыхания и сердечной деятельности придайте пострадавшему устойчивое боковое положение. Укройте и согрейте его.



ПРИ УТОПЛЕНИИ

ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Убедитесь, что вам ничто не угрожает. Извлеките пострадавшего из воды.

2. Уложите пострадавшего животом на свое колено, дайте воде стечь из дыхательных путей.



3. Очистите полость рта от посторонних предметов (слизь, рвотные массы и т.п.). Немедленно вызовите скорую.

4. Определите наличие пульса на сонных артериях, реакции зрачков на свет, самостоятельного дыхания.

5. Если пульс, дыхание и реакция зрачков на свет отсутствуют — начинайте сердечно-легочную реанимацию. Продолжайте до прибытия скорой или до восстановления самостоятельного дыхания и сердцебиения.

6. Когда восстановится дыхание и сердцебиение, переверните пострадавшего набок. Укройте и согрейте его.

Важно!

- При подозрении на перелом позвоночника пострадавшего следует вытаскивать из воды на доске или на щите.
- Недопустимо терять время на удаление воды из легких и желудка при отсутствии пульса на сонной артерии.
- Реанимационные мероприятия необходимо проводить, даже если человек пробыл под водой больше 5-20 минут.

УКУСЫ

УКУСЫ НАСЕКОМЫХ

1. Осмотрите место укуса. Аккуратно вытащите жало, если оно будет обнаружено.
2. Приложите к месту укуса или ужаления лед или холодный компресс.
3. Вызовите скорую, если у человека развилась аллергия или анафилактическая реакция.



УКУСЫ ЗМЕЙ

1. Немедленно вызывайте скорую, если человека укусила ядовитая змея.
2. Осмотрите место укуса.
3. Можно приложить лед к месту укуса.
4. Обеспечьте покой пострадавшей части тела и держите ее на уровне ниже сердца.
5. Успокойте пострадавшего и не позволяйте ему ходить, если только в этом нет безусловной необходимости.

Важно!

- Ни в коем случае нельзя надрезать место укуса и отсасывать яд.
- **Признаки отравления змеиным ядом:** тошнота, рвота, ощущение покалывания в теле — средняя тяжесть; шок, кома, паралич — тяжелое отравление.

ПОТЕРЯ СОЗНАНИЯ

ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Поверните его набок, чтобы он не захлебнулся рвотой, например.

2. Запрокиньте его голову назад, тогда язык выдвинется вперед и не заблокирует дыхательные пути (как на картинке).

3. Вызовите скорую.

4. Прислушайтесь, дышит ли он.

5. Если пострадавший не дышит, начинайте сердечно-легочную реанимацию.



... СЕРДЕЧНО-ЛЕГОЧНАЯ РЕАНИМАЦИЯ ...

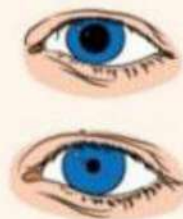
КАК ОПРЕДЕЛИТЬ, КОГДА НЕОБХОДИМО СДЕЛАТЬ ИСКУССТВЕННОЕ ДЫХАНИЕ



1. Определите наличие пульса на сонной артерии. (Пульс есть — пострадавший жив).



2. Прислушайтесь к дыханию, установите наличие или отсутствие движений грудной клетки. (Движение грудной клетки есть — пострадавший жив).



3. Определите реакцию зрачков на свет, приподнимая верхнее веко обоих глаз. (Зрачки на свету сужаются — пострадавший жив).

Важно!

К реанимации приступайте только при отсутствии трех этих признаков.

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ ПРОВЕДЕНИЯ ИСКУССТВЕННОЙ ВЕНТИЛЯЦИИ ЛЕГКИХ



1. С помощью марли (платка) удалите круговым движением пальцев из полости рта слизь, кровь, иные инородные предметы.



2. Запрокиньте голову пострадавшего: приподнимите подбородок, удерживая шейный отдел позвоночника. Не запрокидывать голову при подозрении на перелом шейного отдела позвоночника!



3. Зажмите нос пострадавшего большим и указательным пальцами. Произведите 2 максимальных плавных выдоха ему в рот. Дайте 2-3 секунды на каждый пассивный выдох пострадавшего.

10. Основные законодательные, нормативные правовые акты, правила, приказы, инструкции и другие документы по курсу обучения

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. «Трудовой кодекс Российской Федерации» от 30.12.2001 г. № 197-ФЗ.
3. Закон Российской Федерации 21.11.2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»
4. Федеральный закон от 24 июля 1998 г. № 125-ФЗ (вступил в силу 01.01.2000 г.) "Об обязательном социальном страховании от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний" (с изменениями и дополнениями).
5. Федеральный закон от 21.07.1997 г. № 116-ФЗ "О промышленной безопасности опасных производственных объектов".
6. Федеральный закон от 28.12.2013 г. № 426-ФЗ "О специальной оценке условий труда".
7. Федеральный закон Российской Федерации 21.11.2011 г. №323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».
8. Постановление Правительства Российской Федерации от 24.12.2021 г. № 2464 «О порядке обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда», которым утверждены «Правила обучения по охране труда и проверки знания требований охраны труда».
9. Постановление Правительства Российской Федерации от 30.06.2026 г. № 805 «О внесении изменений в постановление Правительства Российской Федерации от 24.12.2021 г. № 2464.
10. Закон города Москвы от 12 марта 2008 г. № 11 "Об охране труда в городе Москве".

11. Приказ Минтруда России от 29.10.2021 г. № 774н «Об утверждении общих требований к организации безопасного рабочего места».

12. Приказ Минтруда России от 14.09.2021 г. № 629н «Об утверждении предельно допустимых норм нагрузок для женщин при подъеме и перемещении тяжестей вручную».

13. Приказ Минтруда России от 29.10.2021 г. № 772н «Об утверждении основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда, разрабатываемых работодателем».

14. Приказ Минтруда России от 22.09.2021 г. № 650н «Об утверждении примерного положения о комитете (комиссии) по охране труда».

15. Приказ Минтруда России от 29.10.2021 № 771н «Об утверждении Примерного перечня ежегодно реализуемых работодателем мероприятий по улучшению условий и охраны труда, ликвидации или снижению уровней профессиональных рисков либо недопущению повышения их уровней».

16. Приказ Минтруда России от 22.09.2021 № 656н «Об утверждении примерного перечня мероприятий по предотвращению случаев повреждения здоровья работников (при производстве работ (оказании услуг) на территории, находящейся под контролем другого работодателя (иного лица)».

17. Приказ Минтруда России от 29.10.2021 № 773н «Об утверждении форм (способов) информирования работников об их трудовых правах, включая право на безопасные условия и охрану труда, и примерного перечня информационных материалов в целях информирования работников об их трудовых правах, включая право на безопасные условия и охрану труда».

18. Письмо Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 15 мая 2026 г. N 15-2/ООГ-830 «О прохождении обязательного медицинского осмотра».

19. Письмо Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.08.2026 г. № 15-2/ООГ-1404 «Об обучении по охране труда и проверке знания требований охраны труда».

20. МЧС России. «Оказание первой помощи пострадавшим». Памятка.

21. Приказ Минздрава России от 03.05.2024 N 220н «Об утверждении Порядка оказания первой помощи»

11. Программное обеспечение

Операционная система Microsoft Windows.

Пакет офисных программ Microsoft Office.

Программа для создания и проведения проверки знаний у слушателей в форме компьютерного тестирования (экзамена).

12. Информационные справочные системы и ресурсы

Справочная правовая система Консультант Плюс.

Информационно-правовое обеспечение Гарант.

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины:

<http://www.garant.ru> – Информационно-правовой портал «Гарант»

<http://www.consultant.ru> – Официальный сайт компании «Консультант Плюс»

<http://www.knigafund.ru/> – Электронно-библиотечная система «КнигаФонд»

<http://www.tehdok.ru/> – Интернет-проект Техдок.ру – ресурс, посвященный вопросам охраны труда и промышленной безопасности.

<http://www.trudohrana.ru/> – Журнал «Справочник специалиста по охране труда» — информационный портал для руководителей и специалистов по охране труда.