МИНОБРНАУКИ РОССИИ

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**

**Высшего образования**

**«Тверской государственный технический университет»**

**(ТвГТУ)**

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

|  |  |
| --- | --- |
|  СОГЛАСОВАНО Председатель профсоюзного комитета работников ТвГТУ\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Блохина М.В.«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2024 г.Главный специалист по охране трудаМаксимова О.С.«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2024 г. | УТВЕРЖДАЮ Проректор по ИР и УФИ\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Пашаев Ф.А. «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2024 г. |

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

Инструкция
по охране труда для

 (вставить наименование должности

(если однотипные должности, через запятую)

(вставить наименование подразделения)

1.Общие положения

1.1.Настоящая инструкция разработана в соответствии с [Трудовым кодексом](https://internet.garant.ru/document/redirect/12125268/0) Российской Федерации, [приказом](https://internet.garant.ru/document/redirect/403119113/0) Минтруда России от 29.10.2021 N 772н "Об утверждении основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда, разрабатываемых работодателем" ( с дополнениями и изменениями), другими нормативно-правовыми актами в области охраны труда и может быть дополнена иными требованиями с учетом специфики трудовой деятельности Работников, используемых оборудования, инструментов и материалов; Санитарными Правилами.

1.2. Настоящая Инструкция определяет требования охраны труда для Работников ТГТУ (наименование структурного подразделения) использующих офисное оборудование (ПК, оргтехники) : вставить наименование должности (однотипные должности, через запятую) -(далее Работник) во всех структурных подразделениях, служебных помещениях и на рабочих местах.

1.3. При выполнении работ Работнику необходимо выполнять свои обязанности в соответствии с требованиями настоящей инструкции, трудовым договором и должностной инструкции.

1.4. К самостоятельной работе в качестве (вставить наименование должности (однотипные должности, через запятую) допускаются лица, имеющие соответствующее образование и подготовку по специальности, обладающие теоретическими знаниями и профессиональными навыками в соответствии с требованиями действующих нормативно-правовых актов, не имеющие противопоказаний к работе по данной профессии (специальности) по состоянию здоровья, прошедшие обучение безопасным методам и приемам выполнения работ, вводный инструктаж по охране труда и инструктаж по охране труда на рабочем месте, проверку знаний требований охраны труда, при необходимости стажировку на рабочем месте, а также первичный инструктаж по мерам пожарной безопасности.

1.5. Работник, использующий в работе ПЭВМ, оргтехнику должен:

- соблюдать утвержденные в организации правила внутреннего трудового распорядка;

- поддерживать порядок на своем рабочем месте;

- не допускать нарушений требований безопасности труда и правил пожарной безопасности, электро-безопасности;

- использовать оборудование и инструменты строго в соответствии с инструкциями заводов-изготовителей;

- соблюдать правила личной гигиены и эпидемиологические нормы при выполнении работы;

- выполнять только ту работу, которая определена его должностной инструкцией;

- соблюдать режим рабочего времени и времени отдыха в зависимости от продолжительности и вида трудовой деятельности (рациональный режим труда и отдыха предусматривает соблюдение перерывов и активное их проведение);

- хранить и принимать пищу только в установленных и специально оборудованных местах;

- при необходимости использовать специальную одежду, специальную обувь и другие средства индивидуальной защиты;

- немедленно сообщать непосредственному или вышестоящему руководителю о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, происшедшем в организации, об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о появлении профессионального заболевания (отравления), о случаях травмирования работника и неисправности оборудования, приспособлений и инструмента;

- уметь оказывать первую помощь пострадавшим при несчастных случаях;

- знать номера телефонов для вызова экстренных служб (пожарной охраны, скорой медицинской помощи, аварийной газовой службы и т. д.) и срочного информирования непосредственного и вышестоящих руководителей, место хранения аптечки, пути эвакуации людей при чрезвычайных ситуациях;

1.6. Работник обязан соблюдать правила охраны труда для обеспечения защиты от воздействия опасных и вредных производственных факторов, которые могут воздействовать на работника в процессе работы, а также профессиональных рисков и опасностей. В соответствии с действующим законодательством Работник несет ответственность за соблюдение требований настоящей инструкции, производственный травматизм и аварии, происшедшие по его вине.

1.7. Профессиональные риски и опасности.

1.7.1. На Работника, использующего в работе ПЭВМ могут воздействовать опасные и вредные производственные факторы:

* перенапряжение зрительного анализатора при длительной работе за экраном монитора персонального компьютера;
* длительное статическое напряжение мышц спины, шеи, рук и ног, что может привести к статическим перегрузкам;
* ионизирующие и неионизирующие излучения, источниками которых являются мониторы персональных компьютеров;
* статическое электричество;
* движущиеся части копировально-множительной техники;
* загрязнение рук химическими веществами, входящими в состав красок, порошков копировально-множительной техники;
* опасный уровень напряжения в электрической цепи, замыкание которой может произойти через тело человека (при работе с ПЭВМ, приборами освещения, бытовой техникой, принтером, сканером и прочими видами офисной техники);
* повышенный уровень статического электричества (при работе с ПЭВМ);
* пониженная ионизация воздуха (при работе с ПЭВМ);
* повышенный уровень шума (при работе с ПЭВМ);
* недостаточная освещенность рабочего места;
* электрический ток, путь которого в случае замыкания на корпус, может пройти через тело человека;
* нервно-психические перегрузки.

1.7.2. **В качестве опасностей**, в соответствии с перечнем профессиональных рисков и опасностей Университета представляющих угрозу жизни и здоровью работников (Приложение 1 Положения о СУОТ), при выполнении работ по профессии вставить наименование должности (однотипные должности, через запятую) на работника **могут возникнуть следующие опасности и риски**:

- длительное статическое напряжение мышц спины, шеи, рук и ног, что может привести к статическим перегрузкам;

- ионизирующие и неионизирующие излучения, источниками которых являются мониторы персональных компьютеров;

- движущиеся части копировально-множительной техники;

- опасность падения из-за потери равновесия, в том числе при спотыкании или соскальзывании, при передвижении по скользким поверхностям или мокрым полам;

- опасность пореза частей тела, в том числе кромкой листа бумаги, канцелярским ножом, ножницами, острыми кромками металлической стружки (при механической обработке металлических заготовок и деталей);

- опасность поражения током вследствие прямого контакта с токоведущими частями из-за касания незащищенными частями тела деталей, находящихся под напряжением;

опасности, связанные с воздействием микроклимата и климатические опасности:

- опасность воздействия скорости движения воздуха (сквозняки

- опасность психических нагрузок, стрессов;

- опасность перенапряжения зрительного анализатора (при длительной работе за экраном монитора персонального компьютера);

- опасность от вдыхания дыма, паров вредных газов и пыли при пожаре;

1.7.3. При организации производственных процессов, связанных с возможным воздействием на работников вредных и (или) опасных производственных факторов, работодатель обязан принимать меры по их исключению или снижению до допустимых уровней воздействия, установленных требованиями соответствующих нормативных правовых актов.

1.7.4. Значение риска для каждого рабочего места указано в Оценочном листе (карта оценки рисков)

. Работник обязан знакомиться в момент инструктажа с идентифицированным опасностями и уровнем профессионального риска, указанного в картах по профессиям (видам работ, зонам).

1.7.5. Работник должен быть ознакомлен под подпись с результатами специальной оценки условий труда и оценки профессиональных рисков.

1.7.6. На рабочем месте работника проведена специальная оценка условий труда, присвоен 2 класс опасности.

1.8. Перечень специальной одежды, специальной обуви и средств индивидуальной защиты, выдаваемых работникам в соответствии с установленными правилами и нормами.

1.8.1. Работник, при необходимости должен быть обеспечен средствами индивидуальной защиты в соответствии с утвержденными нормами выдачи спецодежды, спецобуви и других средств индивидуальной защиты Организации.

1.8.2. Выдаваемые специальная одежда, специальная обувь и другие средства индивидуальной защиты должны соответствовать характеру и условиям работы, обеспечивать безопасность труда, иметь сертификат соответствия.

1.8.3. Средства индивидуальной защиты, на которые не имеется технической документации, к применению не допускаются.

1.8.4. Личную одежду и спецодежду необходимо хранить отдельно в шкафчиках и гардеробной. Уносить спецодежду за пределы предприятия запрещается.

1.9. Порядок уведомления руководителя о случаях травмирования работника и неисправности оборудования, приспособлений и инструмента.

1.9.1. При несчастном случае, микроповреждениях (микротравмах) оказать пострадавшему первую помощь, немедленно сообщить руководителю, принять меры к сохранению обстановки происшествия (состояние оборудования), если это не создает опасности для окружающих.

1.9.2. Работник должен немедленно извещать своего непосредственного или вышестоящего руководителя о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, микротравме, происшедших на производстве, или об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления).

1.9.3. При обнаружении в зоне работы несоответствий требованиям охраны труда (неисправность оборудования, приспособлений, неогороженный проём, оголенные провода и т.д.) немедленно сообщить об этом непосредственному руководителю.

1.10. Правила личной гигиены, которые должен знать и соблюдать работник при выполнении работы.

1.10.1. Для сохранения здоровья работник должен соблюдать личную гигиену. Необходимо проходить в установленные сроки медицинские осмотры и обследования.

1.10.2. Перед приемом пищи обязательно мыть руки теплой водой с мылом.

1.10.3. Для питья употреблять воду из диспенсеров, чайников.

1.10.4. Курить и принимать пищу разрешается только в специально отведенных для этой цели местах.

1.11. Не допускается появление на работе работников в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения, распитие спиртных напитков, употребление наркотических средств, психотропных веществ, их аналогов, токсических средств в рабочее время или по месту работы, а также курение в неустановленных местах.

# 2. Требования охраны труда перед началом работы

2.1. Обеспечить личную безопасность при производстве работ. Прибыть на работу заблаговременно для исключения спешки и, как следствие, падения и случаев травматизма, при этом:

- не подниматься и не спускаться бегом по лестничным маршам;

- не садиться и не облокачиваться на ограждения и случайные предметы;

- обращать внимание на знаки безопасности, сигналы и выполнять их требования.

2.2. Порядок подготовки рабочего места

2.2.1. Осмотреть и подготовить свое рабочее место, убрать все лишние предметы. Проверить подходы к рабочему месту, пути эвакуации на соответствие требованиям охраны труда.

2.2.2. Проверить исправность электроосвещения в кабинете. Отрегулировать освещение на рабочем месте, убедиться в отсутствии бликов на экране компьютера.

2.2.3. Проветрить помещение кабинета.

2.2.4. Проверить наличие противопожарных средств, аптечки для оказания первой помощи.)

2.3. Порядок осмотра работником и подготовки к работе средств индивидуальной защиты до использования

2.3.1. Перед началом работы следует провести осмотр, оценку исправности, комплектности и пригодности СИЗ, информировать работодателя о потере целостности выданных СИЗ, загрязнении, их порче, выходе из строя (неисправности), утрате или пропаже.

2.4. Порядок проверки исправности оборудования, приспособлений и инструмента

2.4.1.Пред началом работы на ПЭВМ необходимо:

* Проверить исправность оборудования, правильность подключения оборудования к электросети.
* Убедиться внешним осмотром исправность розетки, вилки сетевого шнура в отсутствии механических повреждений шнуров электропитания и корпусов средств оргтехники, в отсутствии оголенных участков проводов, в наличии защитного заземления.
* проверить правильность расположения оборудования:
* кабели электропитания (включая переноски и удлинители) должны находиться с тыльной стороны рабочего места;
* источники бесперебойного питания для исключения вредного влияния его повышенных магнитных полей должны быть максимально удалены от рабочего места;
* проверить надежность подключения к системному блоку разъемов экранного проводника и периферийного оборудования;
* протереть антистатической салфеткой поверхность экрана монитора;
* проверить правильность установки стола, кресла, подставки для ног и бумаг (пюпитра), угла наклона экрана, положение клавиатуры; при необходимости произвести регулировку рабочего стола и кресла, а также расположение элементов компьютера в соответствии с требованиями эргономики и в целях исключения неудобных поз и длительных напряжений тела.

2.4.2. При включении компьютера Работник обязан соблюдать следующую последовательность включения оборудования:

* включить блок питания;
* включить периферийные устройства (принтер, монитор, сканер и др.);
* включить системный блок (процессор).

2.4.3. Перед началом работы установить оптимальные значения эргономических визуальных параметров (яркость, внешняя освещенность экрана и др.).

2.5. Обо всех обнаруженных неисправностях и неполадках сообщить своему непосредственному руководителю и приступить к работе только после их устранения

2.6. Обеспечить личную безопасность при производстве работ. Прибыть на работу заблаговременно для исключения спешки и, как следствие, падения и случаев травматизма, при этом:

- не подниматься и не спускаться бегом по лестничным маршам;

- не садиться и не облокачиваться на ограждения и случайные предметы;

- обращать внимание на знаки безопасности, сигналы и выполнять их требования.

2.7. Перед началом работы на персональном компьютере Работник обязан проверить исправность и комплектность исходных материалов.

# 3. Требования охраны труда во время работы

3.1. Во время работы необходимо:

- в течение всего рабочего дня содержать в порядке и чистоте рабочее место;

- выполнять санитарные нормы и соблюдать режимы работы и отдыха;

- учитывать и соблюдать требования безопасности, изложенные в эксплуатационной и ремонтной документации организаций - изготовителей оборудования, а также в технологической документации организации с учетом конкретных условий работы.

- следить за чистотой воздуха в помещении, при проветривании не допускать образования сквозняков;

3.2**. Способы и приемы безопасного выполнения работ, использования оборудования, транспортных средств, приспособлений и инструментов**

3.2.1. Работать при наличии и исправности ограждений, блокировочных и других устройств, обеспечивающих безопасность труда, при достаточной освещенности.

3.2.2. Отключать средства оргтехники и другое оборудование от электросети, только держась за вилку штепсельного соединителя.

3.2.3. Не допускать натягивания, скручивания, перегиба и пережима шнуров электропитания оборудования, проводов и кабелей, не допускать нахождения на них каких-либо предметов и соприкосновения их с нагретыми поверхностями.

3.2.4. Не допускать попадания влаги на поверхность ПЭВМ, периферийных устройств и другого оборудования. Не протирать влажной или мокрой ветошью оборудование, которое находится под электрическим напряжением (когда вилка штепсельного соединителя шнура электропитания вставлена в розетку).

3.2.5. Не прикасаться к находящимся в движении механизмам и вращающимся частям оборудования, а также находящимся под напряжением токоведущим частям оборудования.

3.2.6. При работе с электрооборудованием запрещается:

- оставлять включенное электрооборудование без надзора;

* оставлять включенное электрооборудование без надзора;
* прикасаться к движущимся частям средств оргтехники и другого оборудования;
* прикасаться к задней панели системного блока (процессора) при включенном питании;
* производить переключение разъемов интерфейсных кабелей периферийных устройств при включенном питании;
* работать при снятых и поврежденных кожухах средств оргтехники и другого оборудования;
* загромождать верхние панели устройств бумагами и посторонними предметами;
* касаться элементов средств оргтехники и другого оборудования влажными руками;
* включать сильно охлажденное (принесенное с улицы в зимнее время) оборудование;
* вскрывать корпуса средств оргтехники и другого оборудования и самостоятельно производить их ремонт;
* использовать самодельные электроприборы и электроприборы, не имеющие отношения к выполнению производственных обязанностей;
* передавать электрооборудование лицам, не имеющим право работать с ним;
* ударять по электрооборудованию;
* снимать средства защиты;
* дергать за подводящий провод для отключения;
* держать палец на выключателе при переносе электрооборудования;
* натягивать, перекручивать и перегибать подводящий кабель;
* ставить на кабель (шнур) посторонние предметы;
* допускать касание кабеля (шнура) с горячими или теплыми предметами.

3.2.7. Выполнять только ту работу, которая ему была поручена, не допуская при этом спешки с учетом безопасных приёмов и методов работы.

3.2.8. Работнику во время работы запрещается:

- прикасаться к движущимся частям средств оргтехники и другого оборудования;

- прикасаться к задней панели системного блока (процессора) при включенном питании;

- производить переключение разъемов интерфейсных кабелей периферийных устройств при включенном питании;

3.2.9. Работы производить при достаточной освещённости.

3.2.10. Запрещается во время работы становиться на всякого рода трубопроводы, а также на электрокабели, батареи отопления и вентиляционные короба, ходить по ним или опираться при подтягивании и спуске с одной высоты на другую.

3.3. Указания по безопасному содержанию рабочего места

3.3.1. Не загромождать рабочее место, проходы и проезды к нему, проходы между оборудованием, стеллажами, проходы к пультам управления, рубильникам, пути эвакуации и другие проходы порожней тарой, инвентарем, излишними запасами материалов и др.

3.3.2. Не принимать пищу на рабочем месте.

3.3.3. Курить в строго отведенных местах.

**3.4. Действия, направленные на предотвращение аварийных ситуаций**

3.4.1.  Быть внимательным, осторожным и не отвлекаться на посторонние разговоры.

3.4.2.  Не допускать к своей работе необученных и посторонних лиц.

3.4.3.  Запрещается работать под воздействием алкоголя, наркотиков, лекарств.

3.4.4.  При совместной работе согласовывать свои действия с действиями других работников.

3.4.5.  Заметив нарушение требований охраны труда другим работником, следует предупредить его о необходимости их соблюдения.

3.4.6.  Строго выполнять в установленные сроки приказы и распоряжения руководства, должностных лиц, ответственных за осуществление производственного контроля, а также предписания представителей органов государственного надзора.

3.4.7.  Соблюдать правила перемещения в помещениях и на территории организации, производственных участков, складов, пользоваться только установленными проходами.

3.4.8.Избегать нахождения в опасной близости от движущихся (вращающихся) элементов оборудования, маневрирующих транспортных средств, в зоне действия подъемного оборудования и пр.

3.4.9.Для предупреждения преждевременной утомляемости Работника, использующего в работе ПЭВМ, рекомендуется организовывать рабочий процесс путем чередования работ с использованием ПЭВМ и без нее.

3.4.10. При возникновении у работника при работе на ПЭВМ зрительного дискомфорта и других неблагоприятных субъективных ощущений, несмотря на соблюдение санитарно-гигиенических и эргономических требований, рекомендуется применять индивидуальный подход с ограничением времени работы с ПЭВМ.

3.5. Требования, предъявляемые к правильному использованию (применению) средств индивидуальной защиты работников

3.5.1. Во время работы необходимо эксплуатировать (использовать) по назначению выданные СИЗ; соблюдать правила эксплуатации (использования) СИЗ. Работать только в исправной спецодежде и спецобуви.

# 4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. Перечень основных возможных аварий и аварийных ситуаций и причины, их вызывающие.

4.1.1. При выполнении работ возможно возникновение следующих аварийных ситуаций:

- возможность поражения током вследствие прямого контакта с токоведущими частями из-за касания незащищенными частями тела деталей, находящихся под напряжением;

- опасность от вдыхания дыма, паров вредных газов и пыли при пожаре по причине нарушения требований пожарной безопасности;

- возможность падения предметов с высоты по причине нахождения работника в зоне возможного падения;

- опасность от воздействия локальной вибрации при использовании ручных механизмов в следствие нарушения технологии производства работ и несоблюдении режима труда и отдыха (регламентированных перерывов);

- опасность, связанная с перемещением груза вручную, по причине несоблюдения норм переноса тяжестей;

4.2. Процесс извещения руководителя работ о ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, и о каждом произошедшем несчастном случае.

4.2.1. При возникновении любой аварийной ситуации, которая создает угрозу жизни или здоровью людей работник должен немедленно прекратить выполняемую работу, незамедлительно сообщать непосредственному и/или вышестоящему руководителю.

4.3. Действия работников при возникновении аварий и аварийных ситуаций.

4.3.1. При поражении электрическим током необходимо как можно быстрее освободить пострадавшего от действия тока, т. к. продолжительность его действия определяет тяжесть травмирования. Для этого отключите рубильником или другим отключающим устройством ту часть электроустановки, которой касается пострадавший. При невозможности быстрого отключения электроустановки необходимо отделить пострадавшего от токоведущих частей. Пострадавшему необходимо немедленно оказать первую помощь, организовать отправку к врачу или вызов скорой помощи - 103 или 112, сообщить о травме непосредственному или вышестоящему руководителю.

4.3.2. При получении травмы, микроповреждения (микротравмы), отравления или внезапного заболевания кого-либо из работников, прекратить действие травмирующего фактора, пострадавшему необходимо немедленно оказать первую помощь, организовать отправку к врачу или вызов скорой помощи - 103 или 112, сообщить о травме непосредственному или вышестоящему руководителю. Сохранить до начала расследования несчастного случая обстановку, какой она была на момент происшествия (если это не угрожает жизни и здоровью других людей и не приведет к аварии). В случае невозможности ее сохранения - зафиксировать сложившуюся обстановку (схемы, фотографии, показания приборов и т. п.).

4.3.3. При возникновении пожара необходимо прекратить работу, вызвать пожарную охрану, отключить оборудование от электросети, оповестить о пожаре находящихся поблизости людей, принять меры к эвакуации людей из опасной зоны и вызвать пожарную службу.

4.4. Действия работников при обнаружении подозрительных предметов или вызывающих малейшее сомнение объектов:

4.4.1. В целях личной безопасности все они должны в обязательном порядке рассматриваться, как взрывоопасные!

4.4.2. Необходимо немедленно сообщить о находке в отделение полиции. При этом сообщить: время, место, обстоятельства обнаружения предмета, его внешние признаки, наличие и количество людей на месте его обнаружения.

4.4.3. Способствовать оцеплению опасной зоны, недопущению в нее людей и транспорта, эвакуации людей из помещения.

4.4.4. По прибытии на место обнаружения предмета Работников полиции действовать в соответствии с указаниями ответственного руководителя.

4.5. Действия работников по оказанию первой помощи пострадавшим при травмировании, отравлении и других повреждениях здоровья:

4.5.1. Первая помощь оказывается при следующих состояниях:

- отсутствие сознания;

- остановка дыхания и кровообращения;

- наружные кровотечения;

- инородные тела верхних дыхательных путей;

- травмы различных областей тела;

- ожоги, эффекты воздействия высоких температур, теплового излучения;

- отморожение и другие эффекты воздействия низких температур;

- отравления.

4.11. При указанных состояниях в соответствии с [универсальным алгоритмом](https://internet.garant.ru/document/redirect/406284681/1000) оказания первой помощи (утвержден 20.01.2023 Минздравом России, с изменениями и дополнениями) выполняются следующие мероприятия:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Пункт Алгоритма | Меры реагирования | Срок | Нормативный акт, устанавливающий требования |
| 1 | Проводят оценку обстановки и обеспечивают безопасные условия для оказания первой помощи:1) определяют угрожающие факторы для собственной жизни и здоровья;2) определяют угрожающие факторы для жизни и здоровья пострадавшего;3) устраняют угрожающие факторы для жизни и здоровья;4) прекращают действие повреждающих факторов на пострадавшего;5) оценивают количество пострадавших (при необходимости);6) извлекают пострадавшего из транспортного средства или других труднодоступных мест (при необходимости);7) перемещают пострадавшего (яри необходимости). | Определяется в зависимости от обстоятельств происшествия | [Федеральный закон](https://internet.garant.ru/document/redirect/12191967/0) от 21.11.2011 N 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации" |
| 2. | Определяют наличие сознания у пострадавшего.При наличии сознания переходят к [п. 7](file:///G%3A%5C%D1%80%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0%5C%D1%80%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0%5C%D0%A2%D0%93%D0%A2%D0%A3%5C%D0%98%D0%BD%D1%81%D1%82%D1%80%D1%83%D0%BA%D1%86%D0%B8%D0%B8%5C%D0%B8%D0%BD%D1%81%D1%82%D1%80%D1%83%D0%BA%D1%86%D0%B8%D1%8F%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%9E%D0%A2%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%B3%D0%BB%20%D1%81%D0%BF%D0%B5%D1%86%D0%B8%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B0%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%9E%D0%A2.docx#sub_1007) Алгоритма; при отсутствии сознания переходят к [п. 3](file:///G%3A%5C%D1%80%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0%5C%D1%80%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0%5C%D0%A2%D0%93%D0%A2%D0%A3%5C%D0%98%D0%BD%D1%81%D1%82%D1%80%D1%83%D0%BA%D1%86%D0%B8%D0%B8%5C%D0%B8%D0%BD%D1%81%D1%82%D1%80%D1%83%D0%BA%D1%86%D0%B8%D1%8F%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%9E%D0%A2%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%B3%D0%BB%20%D1%81%D0%BF%D0%B5%D1%86%D0%B8%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B0%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%9E%D0%A2.docx#sub_1003) Алгоритма. | 5 секунд | [Приказ](https://internet.garant.ru/document/redirect/70178292/0) Минздрава России от 04.05.2012 N 477н "Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи" |
| 3. | Восстанавливают проходимость дыхательных путей:1) запрокидывают голову с подъемом подбородка;2) выдвигают нижнюю челюсть.Определяют признаки жизни:3) определяют наличие нормального дыхания с помощью слуха, зрения и осязания;4) определяют наличие кровообращения путем проверки пульса на магистральных артериях (одновременно с определением дыхания и при наличии соответствующей подготовки).При наличии дыхания переходят к [п. 6](file:///G%3A%5C%D1%80%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0%5C%D1%80%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0%5C%D0%A2%D0%93%D0%A2%D0%A3%5C%D0%98%D0%BD%D1%81%D1%82%D1%80%D1%83%D0%BA%D1%86%D0%B8%D0%B8%5C%D0%B8%D0%BD%D1%81%D1%82%D1%80%D1%83%D0%BA%D1%86%D0%B8%D1%8F%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%9E%D0%A2%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%B3%D0%BB%20%D1%81%D0%BF%D0%B5%D1%86%D0%B8%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B0%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%9E%D0%A2.docx#sub_1006) Алгоритма; при отсутствии дыхания переходят к [п. 4](file:///G%3A%5C%D1%80%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0%5C%D1%80%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0%5C%D0%A2%D0%93%D0%A2%D0%A3%5C%D0%98%D0%BD%D1%81%D1%82%D1%80%D1%83%D0%BA%D1%86%D0%B8%D0%B8%5C%D0%B8%D0%BD%D1%81%D1%82%D1%80%D1%83%D0%BA%D1%86%D0%B8%D1%8F%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%9E%D0%A2%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%B3%D0%BB%20%D1%81%D0%BF%D0%B5%D1%86%D0%B8%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B0%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%9E%D0%A2.docx#sub_1004) Алгоритма. | 2 секунды10 секунд |
| 4. | Вызывают скорую медицинскую помощь, другие специальные службы, Работники которых обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом (потел. 103 или 112, привлекая помощника или с использованием громкой связи на телефоне) | 1 минута |
| 5. | Начинают проведение базовой сердечно-легочной реанимации путем чередования:1) давления руками на грудину пострадавшего;2) искусственного дыхания "Рот ко рту" или "Рот к носу" с использованием устройств для искусственного дыхания [<\*>](file:///G%3A%5C%D1%80%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0%5C%D1%80%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0%5C%D0%A2%D0%93%D0%A2%D0%A3%5C%D0%98%D0%BD%D1%81%D1%82%D1%80%D1%83%D0%BA%D1%86%D0%B8%D0%B8%5C%D0%B8%D0%BD%D1%81%D1%82%D1%80%D1%83%D0%BA%D1%86%D0%B8%D1%8F%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%9E%D0%A2%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%B3%D0%BB%20%D1%81%D0%BF%D0%B5%D1%86%D0%B8%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B0%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%9E%D0%A2.docx#sub_1111) При появлении признаков жизни переходят к [п. 6](file:///G%3A%5C%D1%80%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0%5C%D1%80%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0%5C%D0%A2%D0%93%D0%A2%D0%A3%5C%D0%98%D0%BD%D1%81%D1%82%D1%80%D1%83%D0%BA%D1%86%D0%B8%D0%B8%5C%D0%B8%D0%BD%D1%81%D1%82%D1%80%D1%83%D0%BA%D1%86%D0%B8%D1%8F%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%9E%D0%A2%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%B3%D0%BB%20%D1%81%D0%BF%D0%B5%D1%86%D0%B8%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B0%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%9E%D0%A2.docx#sub_1006) Алгоритма. | До появления признаков жизни, приезда выездной бригады скорой медицинской помощи или других специальных служб, Работники которых обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом, или до появления чувства собственной усталости, не позволяющей продолжать сердечно-легочную реанимацию |
| 6. | При появлении (наличии) признаков жизни выполняют мероприятия по поддержанию проходимости дыхательных путей одним или несколькими способами:1) придают устойчивое боковое положение;2) запрокидывают голову с подъемом подбородка;3) выдвигают нижнюю челюсть. | 20 секунд |
| 7. | Проводят обзорный осмотр пострадавшего и осуществляют мероприятия по временной остановке наружного кровотечения одним или несколькими способами:1) наложением давящей повязки;2) пальцевым прижатием артерии;3) прямым давлением на рану;4) максимальным сгибанием конечности в суставе,5) наложением жгута. | Определяется наличием и видом кровотечения, а также методами его остановки |
| 8. | Проводят подробный осмотр пострадавшего в цепях выявления признаков травм, отравлений и других состояний, угрожающих его жизни и здоровью, осуществляют вызов скорой медицинской помощи (если она не была вызвана ранее) и мероприятия по оказанию первой помощи 1) проводят осмотр головы;2) проводят осмотр шеи;3) проводят осмотр груди;4) проводят осмотр спины;5) проводят осмотр живота и таза;6) проводят осмотр конечностей;7) накладывают повязки при травмах различных областей тела, в том числе окклюзионную (герметизирующую) при ранении грудной клетки;8) проводят иммобилизацию (с помощью подручных средств, аутоиммобилизацию, с использованием изделий медицинского назначения [<\*>](file:///G%3A%5C%D1%80%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0%5C%D1%80%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0%5C%D0%A2%D0%93%D0%A2%D0%A3%5C%D0%98%D0%BD%D1%81%D1%82%D1%80%D1%83%D0%BA%D1%86%D0%B8%D0%B8%5C%D0%B8%D0%BD%D1%81%D1%82%D1%80%D1%83%D0%BA%D1%86%D0%B8%D1%8F%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%9E%D0%A2%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%B3%D0%BB%20%D1%81%D0%BF%D0%B5%D1%86%D0%B8%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B0%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%9E%D0%A2.docx#sub_1111));9) фиксируют шейный отдел позвоночника (вручную, подручными средствами, с использованием изделий медицинского назначения [<\*>](file:///G%3A%5C%D1%80%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0%5C%D1%80%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0%5C%D0%A2%D0%93%D0%A2%D0%A3%5C%D0%98%D0%BD%D1%81%D1%82%D1%80%D1%83%D0%BA%D1%86%D0%B8%D0%B8%5C%D0%B8%D0%BD%D1%81%D1%82%D1%80%D1%83%D0%BA%D1%86%D0%B8%D1%8F%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%9E%D0%A2%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%B3%D0%BB%20%D1%81%D0%BF%D0%B5%D1%86%D0%B8%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B0%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%9E%D0%A2.docx#sub_1111));10) прекращают воздействия опасных химических веществ на пострадавшего (промывают желудок путем приема воды и вызывания рвоты, удаляют с поврежденной поверхности и промывают поврежденные поверхности проточной водой);11) проводят местное охлаждение при травмах, термических ожогах и иных воздействиях высоких температур или теплового излучения.12) проводят термоизоляцию при отморожениях и других эффектах воздействия низких температур. | Определяется наличием и характером травм, отравлений и прочих состояний, требующих оказания первой помощи |
| 9. | Придают пострадавшему оптимальное положение тела. | 1 минута |
| 10. | Постоянно контролируют состояние пострадавшего (наличие сознания, дыхания и кровообращения) и оказывают психологическую поддержку. | Определяется временем прибытия выездной бригады скорой медицинской помощи |
| 11. | Передают пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи, другим специальным службам, Работники которых обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом при их прибытии, сообщают необходимую информацию. | 1 минута |

──────────────────────────────

Примечание:

<\*> В соответствии с утвержденными требованиями к комплектации медицинскими изделиями аптечек (укладок, наборов, комплектов) для оказания первой помощи, в том числе в соответствии с приказами Минздрава России

──────────────────────────────

# Универсальным алгоритм оказания первой помощи



5. Требования охраны труда по окончании работы

5.1. Осмотреть и привести в порядок рабочее место, убрать в установленные места используемые инструменты и материалы. Выключить ПЭВМ, иное оборудование и электроприборы. Закрыть окна, форточки, выключить свет.

5.2. Снять, осмотреть и убрать в специально отведенные места рабочую одежду, обувь и СИЗ , если таковые предусмотрены. При работе на персональном компьютере Работникам СИЗ не выдают, работа не связана с загрязнениями.

5.3. Вымыть руки теплой водой с мылом и вытереть насухо полотенцем, при необходимости провести дезинфекцию рук специальными дезинфицирующими растворами для рук.

5.4. Сообщить руководству и (или) в административно-хозяйственную (техническую) службу о выявленных нарушениях требований охраны труда, неисправностях оборудования и других факторах, влияющих на безопасность труда, для принятия соответствующих мер.

**6. Пересмотр Инструкций**

6.1. Инструкция по охране труда для работников пересматривается, в том числе в следующих случаях:

а) при изменении условий труда работников;

б) при внедрении новой техники и технологии;

в) по результатам анализа материалов расследования аварий, несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний;

г) по требованию представителей органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации в области охраны труда или органов федеральной инспекции труда.

**Лист ознакомления с инструкцией**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  | **ФИО**  | **Должность**  | **Дата**  | **Подпись**  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |