

Первая медицинская помощь при электротравме на рабочем месте программиста.

Признаки поражения электрическим током: судороги, падение, невозможность отпустить источник напряжения (провод, ручка или иная деталь электроприбора).

Причиной получения электротравмы для программиста может быть неправильное использование компьютеров и другой техники, вопреки всем инструкциям и предупреждением. А также самостоятельная модификация электрооборудования.

Первая помощь пострадавшему:

- Как можно быстрее вызвать скорую,
- Пострадавшего надо *немедленно освободить от действия электрического тока* - обесточить помещение (отключить автоматический выключатель, рубильник и т.п.) или отбросить провод палкой,

Если быстро обесточить помещение невозможно, требуется принять меры предосторожности:

- надеть резиновые перчатки или обернуть свои руки сухой материей, надеть резиновые сапоги или положить себе под ноги сухие доски, стопку книг, резиновый коврик, в крайнем случае, свернутую сухую одежду.
- Оттянуть пострадавшего от провода или же отбросить сухой палкой (от швабры), оборвавшийся конец провода от пострадавшего. Оттягивать пострадавшего от провода рекомендуется за концы одежды одной рукой, вторую руку при этом держать за спиной, чтобы не допустить замыкания электрической цепи спасателем. К открытым частям тела прикасаться запрещается.

Первая медицинская помощь пострадавшему:

Первую медицинскую помощь можно оказывать **ТОЛЬКО** когда пострадавший освобожден от действия электрического тока!

- Проверьте пульс, положив два пальца на сонную артерию,
- **Если пульса нет**, пострадавший находится в состоянии клинической смерти. У вас есть 4-6 минут для оказания реанимационных мероприятий: непрямой массаж сердца и искусственное дыхание. Даже если время упущено, не прекращайте попыток реанимации до приезда скорой помощи.
- **Если пульс есть, но нет дыхания**, необходимо очистить носоглотку и провести искусственное дыхание.

Подготовка к реанимационным мероприятиям:

- Положите пострадавшего на жесткую поверхность спиной,
- Расстегните или снимите стесняющую тело одежду: галстук, рубашку, бюстгалтер,
- Поднимите ноги на 25–30 сантиметров – положите под ноги сумку или свернутую одежду (если есть возможность),

- Максимально запрокиньте голову пострадавшего назад, освободите полость рта от рвотных масс, слези двумя согнутыми пальцами, обмотанными платком. Если запал язык – положить его в нормальное положение.

Непрямой массаж сердца:

Непрямой массаж сердца поможет наладить в организме кровообращение и тем самым снабжение клеток организма кислородом. Его можно проводить ТОЛЬКО при полностью остановившемся сердцебиении.

- Встаньте на колени сбоку от пострадавшего.
- Нащупайте мечевидный отросток (солнечное сплетение) в нижней части грудной клетки. Отступите от него вверх на ширину двух пальцев. Положите на нижний конец грудины основание правой ладони. Если помощь оказывается полному человеку, можно пальцами «подняться» по ребрам, чтобы нащупать солнечное сплетение.
- Накройте правую ладонь левой. Большие пальцы должны располагаться на одной прямой и быть слегка подняты вверх. Наклонитесь вперед, чтобы ваши плечи находились над грудиной. Руки держите прямыми. Детям раннего возраста надавливайте на грудину двумя пальцами;
- Энергично нажимайте на грудину вертикально вниз толчками с частотой 60-80 раз в минуту (чаще 1 удара в секунду), используя свой вес, чтобы она уходила вниз на 4-5 см (у взрослого), 2,5-4 см (у ребенка). При сочетании непрямого массажа сердца с искусственным дыханием вдувайте воздух после 15 надавливаний на грудину; Отсчитывайте нажатие, быстро произнося вслух «раз, два, три» и нажимая на каждом «раз».

Цикл: 15 нажатий – 2 вдоха рот в рот. (см. Искусственное дыхание). При искусственном дыхании запрещено проводить надавливания на грудину!

Повторяйте цикл до тех пор, пока у пострадавшего не появятся признаки улучшения, пока не прибудет «скорая помощь» или пока у вас не кончатся силы. Через каждые 3 минуты проверяйте наличие пульса на сонной артерии.

У пострадавшего восстановилось дыхание и сердцебиение:

Если пострадавший остается без сознания — переверните его на правый бок, чтобы исключить западание языка. Переворачивать на левый бок запрещено из-за нагрузки на сердце.

- Наложите стерильную повязку на место электротравмы,
- Откройте все окна и форточки (пострадавшему нужен свежий воздух),
- Согрейте пострадавшего — накройте его пледом или одеждой.

Человека, получившего электротравму, нужно обязательно доставить в лечебное учреждение. Последствия от воздействия электрического тока могут проявиться через несколько часов и привести к осложнениям, вплоть до гибели. Нередки случаи, когда после удара током первые 10-30 минут пострадавший находится в сознании и чувствует себя хорошо, после чего наступает фибрилляция и смерть от «сердечного приступа».