

# **Первая медицинская помощь при электротравме на рабочем месте программиста**

## **1. Общая информация**

Электротравма – это болезненное состояние организма, вызванное воздействием электрического тока общей бытовой сети или атмосферного электричества, которое включает общие и местные изменения в организме. При этом очень важно на какой участок тела человека оказывает воздействие электрический ток. Особенно тяжёлые последствия развиваются, когда в этом участке оказываются сердце или головной мозг. Это участки: левая рука – ноги; левая рука – правая рука; голова – ноги; голова – левая рука.

## **2. Признаки поражения электрическим током**

Клиническая картина поражения электрическим током характеризуется кратковременным обмороком или глубокой потерей сознания, ослаблением дыхательной и сердечной деятельности, нередко общими судорогами. Характерно наличие «знаков тока» — это желтовато-бурые или белёсые пятна с валиком вокруг них и с вдавлением в центре. Они безболезненны, находятся в местах входа и выхода электрического тока из организма. Оказание помощи при электротравме имеет отличительные клинические особенности и требует соблюдения точной последовательности действий при оказании помощи потерпевшим.

## **3. Алгоритм действий при поражении электрическим током**

1. Обеспечьте свою безопасность, надев резиновые, шерстяные или хлопчатобумажные перчатки, став на резиновый коврик. По возможности отключите источник тока. При подходе к пострадавшему по земле идите мелкими, не более 10 см, шагами.

2. Сбросьте с пострадавшего провод сухим токонепроводящим предметом. Оттащите пострадавшего за край его сухой одежды, которая не прилегает к его коже, не менее 10 метров от места касания проводом земли или от оборудования, находящегося под напряжением. Если пострадавший

находиться на высоте, примите необходимые меры для предотвращения его падения и получения дополнительных травм.

3. Вызовите бригаду скорой помощи.
4. Определите наличие пульса на сонной артерии, самостоятельного дыхания, реакцию зрачков на свет.
5. Если признаки жизни отсутствуют, немедленно начинайте искусственное дыхание и наружный массаж сердца и продолжайте, не прерываясь, до приезда бригады скорой медицинской помощи (2 вдоха на 30 нажатий на грудину) – этим вы в состоянии спасти жизнь поражённому током.
6. При восстановлении самостоятельного дыхания и сердцебиения придайте пострадавшему устойчивое боковое положение, обеспечьте ему физический и психический покой. Следите за его состоянием до прибытия медперсонала, может наступить повторная остановка сердца.
7. И обязательно нужно знать, что все пострадавшие должны госпитализироваться в стационар, так как состояние пострадавшего может резко и внезапно ухудшиться в ближайшие часы после электротравмы.

#### **4. Источник информации**

<https://kobrincrby.elektrotravma-pervaya-pomoshh-2/>

(дата обращения: 12.02.26)