

## Вариативная самостоятельная работа

*Задание 2.2. Разработать инструкцию «Первая медицинская помощь при электротравме на рабочем месте программиста»*

Электротравма – это болезненное состояние организма, вызванное воздействием электрического тока. Тяжесть электротравмы зависит от параметров тока и длительности воздействия его на человека. Основную опасность при электротравме представляют физические нарушения, в связи с прохождением тока через все тело человека, в том числе и жизненно важные органы.

Симптомами поражения электрическим током человека являются расстройство дыхания, в некоторых случаях даже остановка, замедление пульса, судорожное сокращение мышц, потеря сознания, даже остановка сердца, ожоги в месте соприкосновения кожи с электросетью. Если человек был поражен током высокого напряжения, то он почти не будет отличаться от умершего – бледная кожа, не реагирующие на свет зрачки, нет пульса и дыхания. Однако нельзя в таком случае говорить о реальной смерти. Нужно как можно скорее вызвать скорую помощь и во время, пока вы дожидаетесь ее, оказать пострадавшему первую помощь.

Человека, получившего электротравму, нужно как можно быстрее освободить от действия тока. Самым действенным способом является отключение его подачи через источник. Однако в некоторых случаях это невозможно, поэтому нужно оттащить пострадавшего от источника тока или перерезать провод или кабель безопасным предметом (топор с деревянной ручкой, большие ножницы с ручками, не пропускающими ток).

При этом не забывайте про свою безопасность! Необходимо использовать резиновые перчатки, сапоги, галоши, резиновые коврики, подстилки из сухого дерева и т.д.

При оттаскивании пострадавшего от кабеля, проводов и т.п. следует брать за его одежду (если она сухая!), а не за тело, которое в это время является проводником электричества. Меры по оказанию помощи пострадавшему от электрического тока определяются характером нарушения функций организма: если действие тока не вызвало потерю сознания, необходимо после освобождения от тока пострадавшего уложить на горизонтальную поверхность, тепло укрыть и дать 20-25 капель валериановой настойки и теплый чай, дожидаясь скорой помощи.

Если пострадавший потерял сознание, но дыхание и пульс сохранены, необходимо обеспечить приток свежего воздуха, расстегнув всю имеющуюся стесняющую одежду, выбрать место для оказания первой помощи – твердая поверхность с постеленным сверху одеялом или пледом для пострадавшего. Нужно предохранять пораженного электрическим током человека от переохлаждения. Также нужно осмотреть полость рта: если стиснуты зубы, не следует раскрывать его рот с помощью физической силы, надо сначала дать ему понюхать нашатырный спирт, растереть им виски и обрызгать лицо водой с ладони. При открытой полости рта, нужно повернуть голову пострадавшего на бок, чтобы он не задохнулся от скопившейся слюны или запавшего языка. Затем нужно чтобы пострадавший начал дышать. Если этого не происходит, то состояние может ухудшиться до клинической смерти. Чтобы этого не допустить, если в течении пары

минут пострадавший не начинает дышать, нужно сделать искусственное дыхание «изо рта в рот» и делать непрямой массаж сердца. Сначала нужно сделать 10 выдохов в рот пострадавшего, затем быстро перенести руки на грудь пострадавшего и производить толчкообразное надавливание по центру грудины на ее нижнюю треть. Через 15 секунд повторите действия.

У поражённых электрическим током меры оживления следует проводить очень тщательно и длительно вплоть до восстановления самостоятельного дыхания. Участки тела, обожжённые электрическим током, лечат в стационаре как термические ожоги.

В том случае, если до приезда медицинских работников дыхание и сердечную деятельность вам удалось восстановить, наложите на пораженный участок сухую стерильную повязку. При небольшом ожоге используйте обычный бинт, при распространенном – чистые простыни или ткань. Не следует наносить на место ожога лекарственных средств – ни жидкостей, ни мазей, ни порошков.

Дождитесь скорой помощи и дайте медицинским сотрудникам всю информацию о пострадавшем, которую сможете предоставить.