

Первая медицинская помощь при электротравме на рабочем месте программиста.

1. Обеспечить свою безопасность и прекратить воздействие тока
 - a. Обесточить оборудование
 - b. Если отключить питание невозможно:
 - i. Использовать сухие непроводящие предметы
 - ii. Если пострадавший сжимает провод и не может разжать руку, оттаскивать только за сухую одежду, не прикасаясь к открытой коже
 - c. При падении провода на пол в помещении отходить, не поднимая ступней от пола
2. Вызвать экстренные службы
 - a. Вызвать скорую помощь
 - b. Сообщить оператору точный адрес, характер происшествия, количество пострадавших и состояние
3. Оценить состояние и оказать первую помощь
 - a. Легкая электротравма (в сознании, дыхание и пульс в норме)
 - i. Уложить, приподнять ноги
 - ii. Расстегнуть тесную одежду
 - iii. Наложить сухую чистую повязку на место ожогов (не тугую)
 - iv. Не давать сразу воду или таблетки
 - v. Наблюдать до приезда скорой помощи
 - b. Средняя степень (без сознания, но есть дыхание и пульс)
 - i. Осторожно повернуть на правый бок
 - ii. Запрокинуть голову назад
 - iii. Расстегнуть одежду, обеспечить приток свежего воздуха
 - iv. Следить за дыханием и пульсом до приезда скорой помощи
 - c. Тяжелая степень (нет сознания, дыхания и пульса)
 - i. Уложить на жесткую поверхность
 - ii. Освободить грудную клетку от одежды
 - iii. Непрямой массаж сердца (основание одной ладони на центр грудной клетки, вторую сверху, ритмично надавливать 100-120 раз в минуту, на 5-6 см)
 - iv. Искусственное дыхание (после 30 надавливаний 2 выдоха рот в рот)
 - v. Продолжать до появления признаков жизни или приезда скорой помощи
 - vi. Если пульс и дыхание восстановились, перевернуть пострадавшего на правый бок