

ВСП-2.2

Первая помощь при электротравме на рабочем месте программиста:

1. Оцените ситуацию

Прежде чем оказывать помощь, убедитесь в собственной безопасности. Определите источник поражения и состояние пострадавшего.

2. Отключите электропитание

По возможности обесточьте оборудование с помощью рубильника или автомата. Если это невозможно, используйте сухие диэлектрические предметы (дерево, резина), чтобы оттащить пострадавшего, стоя на сухой поверхности.

3. Проверьте состояние пострадавшего

Определите наличие сознания, дыхания и пульса. При отсутствии дыхания незамедлительно начните сердечно-легочную реанимацию (СЛР). Осмотрите тело на предмет ожогов.

Проведение сердечно-легочной реанимации (СЛР):

- Найдите центр грудины.
- Положите одну ладонь на грудину, накройте её второй рукой.
- Выполняйте 30 нажатий с частотой 100–120 в минуту и глубиной 5–6 см.
- Сделайте 2 искусственных вдоха:
 - Зажмите нос пострадавшего.
 - Плотнo прижмите губы к его рту.
 - Сделайте 2 медленных вдоха, наблюдая за поднятием груди.
- Продолжайте чередовать 30 нажатий и 2 вдоха до прибытия скорой помощи или восстановления дыхания.

Оказание помощи при ожогах:

- Промойте ожог прохладной водой.
 - Наложите стерильную сухую повязку.
 - Не используйте мази и не прокалывайте волдыри.
- 4. Вызовите скорую помощь**
- Незамедлительно звоните по номерам 103 или 112, даже если пострадавший чувствует себя лучше. Чётко опишите ситуацию диспетчеру.
- 5. Дополнительные меры**
- Сообщите о происшествии руководству.
 - Не оставляйте пострадавшего одного, следите за его состоянием.
 - Не давайте ему еду и питье до приезда врачей.