

Инструкция "Первая медицинская помощь при электротравме на рабочем месте программиста" должна включать шаги по оказанию помощи пострадавшему в случае получения им электротравмы во время работы. Ниже приведена общая инструкция:

Вызов помощи:

Немедленно вызовите скорую медицинскую помощь, набрав номер экстренной службы (в России - 112 или 03).

Безопасность:

Перед оказанием помощи убедитесь в своей собственной безопасности. Передвиньте пострадавшего от источника электричества, если это безопасно сделать.

Отключение источника электричества:

Если это возможно без опасности для себя, отключите источник электричества или выключите электроприбор, вызвавший травму, с помощью выключателя или штепсельной вилки. Не приближайтесь к электроприбору, используйте изоляционные материалы, такие как дерево или резина.

Оценка состояния пострадавшего:

Проверьте сознание пострадавшего: позвоните ему, попросите открыть глаза, ответить на ваши вопросы.

Проверьте дыхание и пульс. Если пострадавший не дышит, начните искусственное дыхание. Если нет пульса, начните кардиопульмональную реанимацию (КПР).

Оказание первой помощи:

Если пострадавший не дышит, осуществите искусственное дыхание (ИВЛ) в соответствии с методикой сердечно-легочной реанимации (СЛР).

Если у пострадавшего есть пульс, но он не дышит, продолжайте ИВЛ до прибытия медицинской помощи.

Если у пострадавшего есть признаки ожогов, оказывайте первую помощь пострадавшему от ожогов.

Перемещение пострадавшего:

При необходимости переместите пострадавшего в безопасное место, но делайте это осторожно, чтобы не усугубить его состояние.

Фиксация травм:

При наличии подозрений на переломы или травмы позвоночника, не перемещайте пострадавшего и не пытайтесь выправить травму.

Дальнейшие действия:

После прибытия медицинской помощи следуйте инструкциям специалистов и предоставьте им всю необходимую информацию о произошедшем.