

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД № 3 «СОЛНЫШКО» П. КРАСНОГВАРДЕЙСКОЕ
КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

МБДОУ «Детский сад № 3 «Солнышко»

О.В. Воробьева

« _____ » _____ 2026г.

Инструктаж с сотрудниками МБДОУ
по технике безопасности при проведении прогулок и экскурсий

1. Общие требования безопасности

1.1. Педагог должен знать Инструкцию по оказанию первой доврачебной помощи при ушибах, кровотечениях, отравлениях, вывихах, переломах, поражениях электрическим током, солнечным ударом, при термических ожогах и уметь оказывать первую помощь до прибытия медицинского работника.

1.2. Приступая к работе, воспитатель или работник детского сада должен постоянно помнить, что охрана жизни и здоровья детей – его постоянная обязанность, поэтому запрещается оставлять детей без присмотра в группе и на прогулке.

1.3. Воспитатель или работник детского сада обязан знать состояние здоровья каждого ребенка, строить свою работу с учетом его индивидуальных способностей, возможностей.

1.4. Все работники детского сада должны строго соблюдать должностную инструкцию, действующие Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций, знать правила по охране труда, технике безопасности и пожарной безопасности, уметь пользоваться огнетушителем, знать план эвакуации детей на случай пожара. При изменяющихся условиях план эвакуации должен быть пересмотрен и известен каждому работнику детского сада.

1.5. Все работники детского сада, временно замещающие на группе воспитателя, несут личную ответственность за сохранение жизни и здоровья детей, берут на себя функции по их спасению.

1.6. Запрещается впускать на территорию детского сада особенно в здание неизвестных лиц без предъявления ими документа, удостоверяющего личность посетителя и его право на посещение детского сада.

1.7. Воспитатель должен знать Инструкцию по оказанию первой доврачебной помощи при ушибах, кровотечениях, отравлениях, вывихах, переломах, поражениях электрическим током, солнечным ударом, при термических ожогах и уметь оказывать первую помощь до прибытия медицинского работника.

1.8. Работники детского сада должны быть подготовлены к оказанию первой помощи при внезапном заболевании ребёнка или несчастном случае.

1.9. В случае травмы ребенка, оказать первую помощь, сообщить об этом медицинскому персоналу и заведующему ДОО, при необходимости вызвать скорую помощь, сообщить родителям (законным представителям).

1.10. Обо всех несчастных случаях ставить в известность заведующего ДОО и старшую медицинскую сестру.

1.11. Строго соблюдать карантинные мероприятия в детском саду.

1.12. Во избежание заноса инфекции запрещается передача из одного детского сада в другой во временное пользование праздничных костюмов и других праздничных атрибутов.

1.13. В детском саду должны быть вывешены на видном месте номера экстренных служб, адреса и номера телефонов администрации детского сада.

1.14. Работникам детского сада запрещается забирать своих детей на рабочее место до окончания смены.

1.15. Запрещается пользоваться сотовым телефоном на рабочем месте в личных целях.

1.16. Заведующий ДОО несет ответственность за организацию работы и создание условий по охране жизни и здоровья детей.

1.17. Старший воспитатель является ответственным за организацию работы по созданию здоровых и безопасных условий при проведении воспитательно-образовательного процесса с детьми.

1.18. Воспитатель несет личную ответственность за жизнь и здоровье детей во время проведения непосредственно образовательной деятельности, режимных моментов, трудовой и игровой деятельности, а другие работники ДОО: инструктор по физическому воспитанию, музыкальный руководитель во время работы с детьми.

1.19. Воспитатель обязан иметь адреса детей, сведения о месте работы, контактные телефоны родителей (законных представителей) и близких родственников.

1.20. Правила, изложенные в настоящей инструкции, являются обязательными для исполнения всеми работниками детского сада.

1.21. Требования к оснащению территории детского сада:

- все оборудование на участке (малые игровые формы, физкультурные пособия и др.) должно быть в исправном состоянии: без острых выступов углов, гвоздей, шероховатостей и выступающих болтов;

- горки лесенки должны быть устойчивы и иметь прочные рейки, перила, отвечать возрасту детей и санитарным требованиям;
- запрещается вбивать гвозди на игровых конструкциях на уровне роста детей;
- запрещается устанавливать кирпичные бордюры острым углом вверх вокруг клумб;
- ограждения детского сада не должны иметь дыр, проемов во избежание проникновения бродячих собак и самовольного ухода детей;
- ворота детского сада должны быть закрыты на засов, входные двери в здание, двери групповых и других помещений должны быть также закрыты и снабжены запорами на высоте, недоступной детям.

1.22. Требования к организации прогулок:

- при проведении прогулок на территории детского сада соблюдать установленный режим, длительность прогулок, смену видов деятельности воспитанников;

- ежедневная продолжительность прогулки детей должна составлять

Не менее 4–4,5 ч;

- прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину – до обеда и вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом детей домой;
- при температуре воздуха ниже -15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается;
- прогулка не проводится при температуре воздуха ниже -15°C и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5–7 лет – при температуре воздуха ниже -20°C и скорости ветра более 15 м/с;
- во время прогулки с детьми необходимо проводить игры и физические упражнения;
- подвижные игры проводят в конце прогулки перед возвращением детей в помещение ДОО с учетом сезона;
- для предотвращения переутомления, перегрева воспитанников во время игр, труда необходимо чередовать виды деятельности от подвижной к малоподвижной (в зависимости от плана проведения прогулки).

1.23. Требования к использованию инвентаря и игрового оборудования на участке:

- размеры оборудования и инвентаря для игр и физкультурных занятий на участках должны соответствовать требованиям СанПиН (приложения 1, 2);
- игрушки должны быть гигиеничны, не поломаны, для разных видов игровой деятельности, позволяющие соразмерять двигательную нагрузку в соответствии с сезоном года и возрастом детей (игрушки двигательные, настольные, строительные и т. д.);
- весь инвентарь для труда должен быть исправен;
- детям до 6–7 лет разрешается переносить груз не более 2 кг; лейку, воду в ведрах до 2– 2,5 кг и работать не более 10 мин;

- запрещается использовать инвентарь для взрослых (лопаты, метлы и др.);

1.24. При организации прогулок, труда в цветнике следует оградить детей от воздействия следующих опасных и вредных факторов, характерных для всех сезонов:

- падение с горок, «шведских стенок» в случаях отсутствия страховки воспитателя;
- травмирование торчащими из земли металлическими или деревянными стойками предметов, невысокими пеньками на площадках для подвижных игр;
- порезы, уколы битым стеклом, сухими ветками, сучками на деревьях, кустарниках, занозы от палок, досок, деревянных игрушек и пр.;
- травмирование ног воспитанников при наличии ямок и выбоин на участке, спрыгивании со стационарного оборудования без страховки воспитателя;
- самовольный уход воспитанника за пределы детского сада

1.25. При организации прогулок следует оградить детей от воздействия следующих опасных и вредных факторов, характерных для осенне-весеннего периода:

- заражение желудочно-кишечными болезнями при использовании грязного песка в песочницах, грязного выносного материала (в случае нарушения санитарных правил мытья игрушек, перекопки песка в песочницах);
- травмы, ушибы во время игр на мокрой и скользкой площадке;
- намокание детской одежды, обуви;
- переохлаждение или перегревание организма ребенка;

1.26. При организации прогулок следует оградить детей от воздействия следующих опасных и вредных факторов, характерных для зимнего времени года:

- обморожение, переохлаждение или перегревание организма детей;
- травмы, ушибы при катании на ногах с ледяных горок, на санках, во время перемещения в гололедицу по скользким дорожкам, наружным ступенькам, площадкам, не очищенным от снега, льда и не посыпанным песком;
- травмы во время игр на не очищенных от снега, льда площадках;
- травмы от падающих с крыш сосулек, свисающих глыб снега в период оттепели;
- травмы от прикосновения в морозный день к металлическим конструкциям открытыми частями тела (лицом, руками, языком, губами);
- намокание детской одежды и обуви;
- заражение желудочно-кишечными болезнями, заболевание ОРЗ, если ребенок будет брать в рот грязный и холодный снег, сосульки.

1.27. При организации прогулок следует оградить детей от воздействия следующих опасных и вредных факторов, характерных для летнего времени года:

- травмирование ног воспитанников при ходьбе босиком, играх на траве, песке (камни, острые предметы и т. д.);
- заражение желудочно-кишечными болезнями при использовании грязного песка в песочницах, грязного выносного материала (в случае нарушения санитарных

правил мытья игрушек, перекопки песка в песочницах, несоблюдения питьевого режима);

- солнечный и тепловой удары;

1.28. Воспитатель, допустивший невыполнение или нарушение Инструкции по охране жизни и здоровья детей в детском саду, привлекается к дисциплинарной ответственности и с ним проводится внеплановый инструктаж и проверка званий по охране жизни и здоровья воспитанников, труда и пр.

2. Требования безопасности перед началом прогулки, экскурсии, труда воспитанников на огороде, в цветнике, прогулочном участке:

2.1. Необходимо ежедневно перед прогулкой осматривать участки, не допускать наличия травмоопасных для детей предметов: сухостойных деревьев, сломанных кустарников, неструганых досок, гвоздей, битого стекла, торчащих из земли палок, пней, на изгороди – проволоки и др. Все ямы на территории детского сада должны быть засыпаны, люки закрыты тяжелыми крышками. Проверять исправность игрушек и надежность крепления физкультурно-игрового оборудования, игрушек. Приводить их в надлежащее состояние в соответствии с санитарными нормами.

2.2. Очистку почвы (от камней, осколков стекла, кусков металла, палок, досок и т. д.) производить только с помощью граблей, метелок, лопаток, совков. Не собирать мусор незащищенными руками во избежание травмы или заражения.

2.3. Ежедневно утром и вечером проверять на территории детского сада наличие посторонних, подозрительных предметов, пакетов, сумок на предмет взрыво- и другой безопасности (дежурным воспитателям и всем работникам детского сада). В случае обнаружения немедленно сообщить администрации или позвонить в полицию (к предметам не прикасаться).

2.4. Воспитателям и младшим воспитателям в обязательном порядке проводить предварительную визуальную проверку мест проведения занятий, игр, труда и других видов деятельности с детьми на предмет взрыво- и другой безопасности.

2.5. Требования безопасности перед началом прогулки в весенне-осенний период:

2.5.1. Устранять наличие на участке застоялых вод после дождя.

2.5.2. Своевременно обрезать кусты и деревья, не допускать сломанных, торчащих веток. Весной проводить декоративную обрезку кустарника, вырубку сухих и низких веток деревьев и молодой поросли.

2.6. Требования безопасности перед началом прогулки в зимний период:

2.6.1. Крыши всех построек очищать от снега, сосулек (здание детского сада, веранды).

2.6.2. Дорожки, прогулочные площадки, ступеньки, наружные лестницы, крыльцо очищать от снега, льда, посыпать песком.

2.7. Требования безопасности перед началом прогулки в летний период:

- 2.7.1. Ежедневно утром и во второй половине дня необходимо поливать прогулочную площадку, затем производить уборку (помощник воспитателя).
- 2.7.2. Ежеженедельно своевременно проводить работы по очистке участка детского сада и прилегающей территории от сорных злаков, трав, растений аллергической направленности (амброзия), с целью профилактики укуса клещами и другими насекомыми.
- 2.7.3. Уничтожать ядовитые грибы, ягоды и растения (иметь перчатки и необходимый уборочный инвентарь).
- 2.8. Каждый воспитатель и все замещающие его работники детского сада должны хорошо знать ядовитые грибы, ягоды, травы, растущие на территории детского сада и учить детей узнавать их на картинках, иллюстрациях, разъяснять детям опасность отравления ими.
- 2.9. Согласовать с медицинской сестрой возможность выхода на прогулку в зависимости от состояния погодных условий, температуры воздуха.
- 2.10. Воспитатель должен осматривать одежду, обувь детей на предмет соответствия погодным условиям.
- 2.11. Воспитатель должен напоминать детям правила безопасного поведения при выходе на прогулку и при заходе в помещение детского сада: не бежать, не толкаться, при спуске и подъеме на 2-й этаж держаться за перила, не нести перед собой большие игрушки и предметы, закрывающие обзор пути и др.
- 2.12. Дети должны быть всегда обеспечены запасными вещами на случай непогоды, которые для этого заранее приносят родители (законные представители).
- 2.13. В жаркие летние дни воспитатель обязан проверять наличие у детей светлых головных уборов (косынок, панам).
- 2.14. Воспитатель должен проверять состояние инвентаря для организации трудовой деятельности на предмет их травмо-опасности.

3. Требования безопасности во время прогулки.

- 3.1. Не допускается организация прогулки, труда на одном игровом участке одновременно 2 групп воспитанников.
- 3.2. Воспитатель обеспечивает наблюдение, контроль за спокойным выходом воспитанников из помещения и спуска с крыльца.
- 3.3. Запрещается оставлять воспитанников во время прогулок, экскурсии, труда без наблюдения воспитателя.
- 3.4. Воспитатель должен уметь четко и грамотно объяснить правила, показать способы работы с инвентарем. Для коллективной работы объединять детей только тогда, когда каждый ребенок овладеет необходимыми навыками. (В подгруппе не более 4–5 человек при работе с лопатой, расчистке снега, труде в огороде, с метлой и др. расстояние между детьми должно быть не менее 1 м.)

3.5. Продолжительность трудового процесса нужно четко дозировать, особенно при выполнении однообразной работы (прополка, уборка снега, листьев и т. д.). Время, отводимое на нее, не должно превышать 30 мин, через 7–10 мин следует делать перерыв или сменять деятельность.

3.6. При организации труда, требующего значительного напряжения (перекопка земли, перенос песка, полив цветника, и т. д.), нужно следить, чтобы дети не переутомились, не перегревались, не переохлаждались. В случае учащенного дыхания, выделения пота, покраснения кожи воспитатель должен переключить ребенка на более спокойную деятельность.

3.7. Во время прогулки организовать интересные и полезные дела и занятия, что исключит несчастные случаи, будет содействовать психологическому благополучию и полноценному воспитанию каждого ребенка.

3.8. Экскурсии по ознакомлению с трудом взрослых готовятся заранее. Намечается маршрут, воспитатель посещает запланированный объект, обеспечивает безопасность детей при наблюдении за работой механизмов, техники, проводит беседу о правилах поведения во время экскурсии. Детей должны сопровождать не менее двух взрослых.

3.9. Воспитатель обеспечивает контроль выполнения воспитанниками требований личной гигиены (запрещается брать в руки, рот грязные предметы, бросать друг в друга песком, землей).

3.10. Следить, чтобы воспитанники не трогали руками колючих растений. Не пробовали на вкус какие-либо растения, плоды во избежание отравлений и желудочно-кишечных заболеваний.

3.11. Для профилактики травматизма следить за правильной расстановкой игрового оборудования и организацией игр.

3.12. Обеспечить контроль и непосредственную страховку воспитателем во время скатывания с горки, лазания, спрыгивания с возвышенности, спортивного оборудования, метания.

3.13. Воспитатель постоянно должен контролировать правильную позу в процессе работы, приучать работать внимательно, не размахивать инструментами во избежание травм, ушибов. Все колющие, режущие инструменты выдает и принимает по счету.

3.14. Запрещено лазание воспитанников по ограждениям, перилам, деревьям, заборам.

3.15. Нельзя пить сырую воду, есть немытые корнеплоды, ягоды, фрукты.

3.16. Не сжигать на территории детского сада мусор, опавшие листья и прочее во избежание ожогов, пожаров.

3.17. Дополнительные требования безопасности во время прогулки летом:

- для достижения оздоровительного эффекта в летний период в режиме дня предусмотреть максимальное пребывание детей на открытом воздухе в соответствии с их возрастом и режимом дня;

- обеспечить контроль и непосредственную страховку воспитателем воспитанников во время катания на самокате;
- солнечные ванны для воспитанников проводятся только под наблюдением старшей медицинской сестры. Чередовать пребывание детей на воздухе под прямыми лучами солнца с играми в тени;
- хождение босиком по траве, асфальту, песку на участке воспитанникам разрешается только после осмотра территории воспитателем и помощником воспитателя на безопасность;
- игры с песком в песочнице допускаются только при условии ежедневной перекопки и ошпаривании песка кипятком;
- запрещаются игры с водой в ветреную, холодную погоду;
- соблюдать питьевой режим, на прогулку выносить кипяченую воду (обязанность помощника воспитателя);
- усилить работу по ОБЖ, дорожному движению и пожарной безопасности, по профилактике детского травматизма и др.;
- обновить разметку пешеходных переходов;
- выносить необходимый игровой материал;
- обеспечить комфортные условия, исключая психоэмоциональное напряжение, организацию содержательной прогулки с наличием объемного плана, необходимого занимательного игрового и коррекционно-развивающего оборудования и материала;
- следить, чтобы дети не рвали и не ели ядовитые ягоды, растения; не контактировали с растениями аллергической направленности.

4. Требования безопасности по окончании прогулки, труда на огороде, в цветнике

- 4.1. Организовать спокойный вход детей в помещение детского сада (1-я подгруппа проходит и раздевается под присмотром младшего воспитателя, 2-я – под присмотром воспитателя).
- 4.2. Очистить верхнюю одежду детей, обувь от снега, грязи, песка.
- 4.3. Проверить, как дети сложили одежду в шкафчики. При необходимости переодеть детей в сухую одежду, белье.
- 4.4. Организовать выполнение гигиенических процедур: посещение туалета, мытье рук с мылом (в теплый период года – мытье ног, принятие душа).
- 4.5. Обеспечить просушивание мокрой одежды, обуви после дождя или в зимнее время.
- 4.6. Привести в порядок выносной материал, орудия труда (очистить от земли, песка, снега).
- 4.7. Вымыть и убрать в специально отведенное место выносной материал, игрушки, орудия труда.

5. Инструкция по технике безопасности при проведении дальних прогулок и экскурсий

5.1. Отправляясь на экскурсию или на прогулку по улице, воспитатель обязан знать число детей, которых он берёт с собой. К прогулкам и экскурсиям допускаются дети дошкольного возраста, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

5.2. Если в детском саду по какой-то причине остаются дети из группы, то они должны по указанию заведующего ДОО находиться под присмотром определённого работника детского сада.

5.3. О выходе детей за территорию детского сада и по их возвращении, делать соответствующую запись в журнале дальних прогулок, отметив количество детей, направление и время экскурсии, Ф.И.О. сопровождающих лиц (не менее 2-х: младший воспитатель, учитель-логопед, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель). В этом случае один взрослый идёт впереди колонны, другой сзади, оба с красными флажками. Воспитатель имеет право привлекать родителей (законных представителей) детей группы к их сопровождению.

5.4. Обеспечить детям питьевой режим.

5.5. Для оказания первой помощи при травмах обязательно иметь медицинскую аптечку с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств.

5.6. При переходе с детьми через улицу необходимо соблюдать осторожность и строго выполнять правила уличного движения.

5.7. Экскурсии на водоём, пруд запрещены.

5.8. Экскурсии на лесную поляну, игровую площадку, магазин, парикмахерскую и т.п. могут проводиться только после предварительного посещения места экскурсии воспитателем, выбора безопасного пути и удобного места. О безопасном пути, выбранном месте воспитатель оповещает заведующего ДОО.

5.9. В жаркое время во избежание перегрева дети должны носить лёгкие головные уборы. Солнечные ванны даются только под наблюдением медицинского или педагогического персонала.

5.10. При проведении прогулок и экскурсий соблюдать правила поведения, установленные режимы передвижения и отдыха.

5.11. Следить, чтобы дети не покидали место расположения группы, не пробовали на вкус какие-либо растения, плоды и грибы, не трогали руками ядовитых насекомых, растений и грибов, опасных животных, а также колючих растений и кустарников.

5.12. Общая продолжительность прогулки и экскурсии составляет 1-2 часа. 5.13. Следить за состоянием здоровья и травмах детей.

5.14. При проведении прогулок и экскурсий возможно воздействие на детей следующих опасных факторов:

5.14.1. Изменение установленного маршрута движения, самовольное оставление места расположения группы.

- 5.14.2. Потертости ног при неправильном подборе обуви.
- 5.14.3. Травмирование ног при передвижении без обуви, а также без носок.
- 5.14.4. Укусы насекомыми.
- 5.14.5. Отравления ядовитыми растениями, плодами и грибами.
- 5.14.6. Заражение желудочно-кишечными болезнями при употреблении некипяченой и небутилированной воды.
- 5.15. При несчастном случае сопровождающий обязан оказать первую помощь. При необходимости отправить пострадавшего в лечебное учреждение. Сообщить администрации ДООУ и родителям (законным представителям).
- 5.16. Воспитатель, допустивший невыполнение или нарушение Инструкции по технике безопасности при проведении дальних прогулок и экскурсий, привлекается к дисциплинарной ответственности и с ним проводится внеплановый инструктаж и проверка званий по охране жизни и здоровья детей, труда и пр.
- 5.17. Дети должны соблюдать установленный порядок проведения прогулки, экскурсии и правила личной гигиены.
- 5.18. По окончании прогулки, экскурсии:
 - 5.18.1. Проверить по списку наличие детей.
 - 5.18.2. Очистить верхнюю одежду детей, обувь от снега, грязи, песка.
 - 5.18.3. Привести в порядок выносной материал, орудия труда (очистить от земли, песка, снега).
 - 5.18.4. Организовать спокойный заход детей в помещение детского сада (1-я подгруппа проходит и раздевается под присмотром помощника воспитателя, 2-я - под присмотром воспитателя)
 - 5.18.5. Обеспечить просушивание мокрой одежды, обуви после дождя или в зимнее время.
 - 5.18.6. Проверить, как дети сложили одежду в шкафчики. При необходимости переодеть детей в сухую одежду, белье.
 - 5.18.7. Организовать выполнение гигиенических процедур: посещение туалета, мытье рук с мылом (в теплый период года - мытье ног, принятие душа).
 - 5.18.8. Вымыть и убрать в специально отведенное место выносной материал, игрушки, орудия труда.

6. Правила поведения во время дальних прогулок

- 6.1. Перед прогулкой надо построиться по два человека в ряд, держаться за руки.
- 6.2. В руках не должно быть никаких предметов или игрушек (игрушки находятся только у взрослого).
- 6.3. Выходить на территорию детского сада без сопровождения взрослого запрещается.
- 6.4. Во время пешеходной прогулки необходимо: - соблюдать дистанцию между парами; - идти спокойным шагом; - не толкать впереди идущих детей; - не дергать

их за одежду; - не ставить подножку; - не задерживать движение (если по какой-то причине надо остановиться, предупреди воспитателя, все становятся и тебя подождут); - следить за воспитателем, быть внимательным; - идти только по тротуару с правой стороны; - запрещается ходить по поребрику, который отгораживает дорогу от тротуара.

6.5. Переходить проезжую часть только со взрослыми, по пешеходному переходу, на зеленый сигнал светофора.

6.6. Запрещается подбирать с земли различные предметы (игрушки, бумажки, бутылки и т.д.)

6.7. Нельзя подходить и гладить незнакомое животное.

6.8. Запрещается уходить с посторонними людьми.

6.9. В случае даже незначительного ранения, ушиба, плохого самочувствия, немедленно обратиться к воспитателю.

Правила оказания первой помощи

Быстро и правильно оказанная первая помощь может сохранить пострадавшему не только здоровье, но и в ряде случаев жизнь.

Повязки

Основным назначением повязки является защита раны от загрязнения и остановка кровотечения. Для наложения повязки используется индивидуальный пакет, бинт, марля, полоски из чистых простыней, нательного белья, полотенца.

ПРАВИЛА НАЛОЖЕНИЯ ПОВЯЗОК: Перевязочный материал следует брать только с наружной стороны, внутренней стороной бинта

НЕЛЬЗЯ прикасаться ни к чему, кроме раны; бинтование производится слева на право.

ОСТАНОВКА КРОВОТЕЧЕНИЯ: Наложение давящей повязки, прижатие сосудов пальцами, максимальное сгибание конечности в локтевом или коленном суставе, наложение жгута или закрутки (резиновая трубка, ремень, полотенце и т. П.).

ПРАВИЛА НАЛОЖЕНИЯ ЖГУТА (ЗАКРУТКИ): Всегда накладывают выше раны, под жгут подкладывают какой-либо материал (одежду) и записку с указанием времени его наложения (часы, минуты); конечность ниже жгута после его наложения должна стать бледной; жгут (закрутка) накладывается не более, чем на полтора два часа. Если пострадавший без сознания, а после травмы прошло не более 5-7 минут, то независимо от того, имеются или отсутствуют признаки жизни, - приступайте к проведению искусственного дыхания и наружного массажа.

Методика проведения искусственного дыхания (способом «изо рта в рот» или «изо рта в нос»)

1. Уложить пострадавшего на спину, расстегните ему воротник, пояс или стесняющую одежду.
2. Очистите полость рта или носа от слизи, удалите, если имеются съемные протезы.
3. Оказывающий помощь встает сбоку от пострадавшего на колени, кладет одну руку ему под шею, а другую – на лоб и максимально запрокидывает ему голову назад; затем делает глубокий вдох, плотно прижимает свои губы (через платок или марлю) к открытому рту пострадавшего и, зажав пальцами нос пострадавшего, производит глубокий вздох, то есть вдует воздух в легкие пострадавшего. В минуту производят 12-46 таких вдуваний. Вдох у пострадавшего происходит самостоятельно. Если челюсти пострадавшего плотно сомкнуты, то пользуются способом «изо рта в нос», при этом рот его закрывают ладонью. Произведя 3-5 вдуваний воздуха в легкие пострадавшего, оказывающий помощь определяет его пульс на основной или бедренной артериях. При наличии

пульса продолжают проводить искусственное дыхание до восстановления самостоятельного дыхания. Если же пульса нет, приступают к проведению наружного массажа сердца.

Методика проведения наружного массажа сердца

1. Оказывающий помощь ладонями, положенными одна на другую в области нижнего края
2. грудины пострадавшего, производит ритмичное надавливание на грудину –50-60 раз в минуту. При этом следует применять не только силу рук, но и тяжесть всего тела, чтобы грудная клетка сжималась на 4-5 см. Детям наружный массаж сердца проводят одной рукой, а новорожденным – одним пальцем.
3. При оказании первой помощи надо чередовать 2-3 вдувания воздуха в легкие с 15 надавливаниями в грудину.
4. Если помощь оказывают двое, то один из них проводит искусственное дыхание, а другой – наружный массаж сердца.
5. В тот момент, когда производится вдувание воздуха в легкие пострадавшего, наружный массаж сердца не делают.

Помните!

Искусственное дыхание и наружный массаж сердца проводятся настойчиво до тех пор, пока не восстановится самостоятельное дыхание и сердечная деятельность.

Приложение 2

Первая помощь при различных травмах

Разновидность травмы	Признаки	Первая помощь
Раны	Нарушена целостность кожных покровов или слизистых оболочек, а иногда более глубоко лежащих тканей или органов.	Остановить кровотечение, наложить тугую повязку.
Ушибы	Повреждены мягкие ткани без нарушения целостности кожи. Кровоподтеки (синяки), припухлость (отек).	Наложить давящую повязку, холод (платок, смоченный холодной водой, снег, лед).
Растяжения и разрывы связок	Боль, припухлость сустава, ограниченность и болезненность движения в суставе.	Наложить тугую повязку, холод, создать возвышенное положение конечности.
Вывихи	Смещение костей из нормального положения в суставе, резкая боль, невозможность движения в суставе.	Вправлять вывих может только медицинский работник.
Переломы	Нарушение целостности кости. Боль, невозможность пользоваться конечностью, припухлость, изменение оси конечности и ее укорочение.	При открытых переломах наложить повязку на рану, наложить шину (из доски, фанеры, палок, картона и т.п.)
Ожоги	Покраснение, припухлость кожи	(1-я степень) Устранить причину ожога, наложить (2-ю степень), пузыри с прозрачной жидкостью (2-я степень), омертвление кожи и глубоко лежащих тканей (3-я и 4-я степени). повязку, при возможности до наложения повязки обработать место ожога спиртом или раствором марганцовки.
Обморок	Внезапная кратковременная	Придать пострадавшему

	потеря сознания, которой предшествует головокружение, потемнение в глазах, тошнота, рвота. Пульс слабый, дыхание поверхностное.	горизонтальное положение (ноги должны быть приподняты, голова опущена), расстегнуть стесняющую одежду, либо обрызгать холодной водой, дать понюхать нашатырный спирт или уксус на ватке.
Тепловой, (солнечный) удар	Повышение температуры, покраснение кожи, потливость, учащение пульса и дыхания, возможна потеря сознания.	Перенести пострадавшего в тень, расстегнуть одежду, уложить с поднятой головой, наложить холодный компресс на лоб, напоить холодной водой. Применить холодное обертывание (простыней). При необходимости провести наружный массаж сердца и искусственное дыхание.

Переноска и транспортировка пострадавшего

Транспортировка пострадавшего – один из важнейших элементов оказания первой доврачебной помощи.

Для переноски пострадавшего используют стандартные носилки или заменяющую их конструкцию, сооруженную из подручных материалов (палки, лестницы, палатки, одеяла, плащи).

Положение пострадавшего на носилках – на спине с приподнятой головой, но при ранениях грудной клетки – полу сидячее, а при повреждениях позвоночника – лежа на спине на жесткой основе (щит, доска, фанера и т.п.); при повреждениях таза – на спине с согнутыми и разведенными в стороны ногами.

При переломах конечности обязательно наложить шину.

Чтобы обеспечить пострадавшему максимальный покой, не рекомендуется его перекладывать с одних носилок на другие.

Лист ознакомления

[illegible]

