

Государственное бюджетное учреждение
социального обслуживания Владимирской
области «Судогодский комплексный центр
социального обслуживания населения»

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ГБУСО ВО «Судогодский
комплексный центр социального
обслуживания населения»
_____ Н.В.Воронина
« _____ » _____ 2016 года

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда специалистов административно-управленческого
персонала, заведующих отделениями и специалистов
по социальной работе ГБУСО ВО «Судогодский комплексный центр
социального обслуживания населения»

1. Общие требования безопасности

1. Работник ГБУСО ВО «Судогодский комплексный центр социального обслуживания населения» (далее – Учреждение) допускается к самостоятельной работе после прохождения:

- медицинского осмотра;
- вводного инструктажа;
- первичного инструктажа на рабочем месте, проведенного руководителем структурного подразделения, производителем работ;
- обучения безопасным методам работы;
- обучения элементарным правилам электробезопасности, проверки знаний элементарных правил электробезопасности с присвоением 1 квалификационной группы.

1.2. Проверка знаний настоящей инструкции для работников Учреждения проводится один раз в 6 месяцев.

1.3. Работник Учреждения обязан выполнять должностные обязанности, работать по заданию своего руководителя, соблюдать дисциплину труда, своевременно и точно выполнять распоряжения администрации, требования по охране труда, бережно относиться к имуществу Учреждения.

1.4. Работник Учреждения должен выполнять свои обязанности в рабочее время, согласно должностной инструкции.

1.5. При эксплуатации персонального компьютера на работника могут оказывать действие следующие опасные производственные факторы:

- повышения уровня электромагнитного излучения;
- пониженная или повышенная влажность воздуха рабочей зоны;
- повышенный уровень шума;
- повышенный и пониженный уровень освещенности;
- повышенная яркость светового изображения;
- повышенное значение напряжения в электрической сети, замыкание которой может произойти через тело человека;
- напряжение зрения, внимания, длительные статические нагрузки.

1.6. Работник, эксплуатирующий электрооборудование при выполнении трудовых обязанностей, должен иметь:

- элементарное знакомство с эксплуатируемой электроустановкой (инструкция по эксплуатации, место подключения электроустановки в распределительном устройстве, входной рубильник, блокировочный рубильник, принципиальную электрическую схему трассы подключения, кнопки управления, корпус, ручки управления, основные элементы электроустановки-трансформатора, выпрямителя и генератора постоянного тока, электродвигатель, панель управления, заземления и т.д.);
- знать основные меры предосторожности по охране труда, соблюдать организационно-технические меры при выполнении работ (знание настоящей инструкции, исправность питающей линии подключения - перегибы, оголенные участки, места смятия; применение основных и дополнительных средств защиты; использование инструмента с изолированными ручками, проверка подключения заземления и зануления);
- иметь отчетливое представление об опасности поражения электрическим током и опасности приближения к токоведущим частям (опасное напряжение, опасная сила тока, классификация помещения по электробезопасности, величина сопротивления заземления);
- иметь практические навыки оказания первой доврачебной помощи пострадавшим от электротока.

1.7. При эксплуатации электрооборудования опасным производственным фактором является электрический ток. Предельно допустимая величина переменного тока 0,3 мА. При увеличении тока до 0,6-1,6мА человек начинает ощущать его воздействие.

Факторами, определяющими степень поражения электротоком, являются сила тока, продолжительность воздействия тока на человека, место соприкосновения и путь прохождения проникновения тока, состояние кожи, электрическое сопротивление тела, физиологическое состояние организма. Виды поражения электротоком:

- электрический удар (паралич сердца и дыхания);
- термический ожог (электроожог);
- электрометаллизация кожи;
- технические повреждения;
- электроофтальмия (воспаление глаз вследствие действия электротока).

1.8. Средствами индивидуальной защиты пользователя персонального компьютера является индивидуальный экран или встроенный защитный экран монитора.

1.9. Для защиты от воздействия опасных и вредных производственных факторов при нахождении на месте строительно-монтажных работ (на объекте, базе или гараже) работник должен быть в каске, спецодежде, спецобуви и других средствах индивидуальной защиты (в условиях автомобильного движения – сигнальной жилете).

1.10. Работник обязан соблюдать требования по обеспечению пожарной безопасности, знать место нахождения средств пожаротушения, уметь пользоваться первичными средствами пожаротушения, в том числе огнетушителями углекислотными марки ОУ-5, ОУ-Ю или порошковыми марки ОП-5, ОП-Ю.

1.11. За нарушение требований настоящей инструкции, относящейся к выполняемой им работе, работник несет ответственность в соответствии с действующим трудовым законодательством.

2. Требования безопасности во время работы

2.1. Работник во время работы обязан:

2.1.1. Выполнять ту работу, которая определена его должностной инструкцией, которая ему была поручена и по которой он был проинструктирован.

2.1.2. В течение всего рабочего времени содержать в порядке и чистоте рабочее место.

2.1.3. Держать открытыми вентиляционные отверстия, которыми оборудованы приборы и персональные компьютеры.

2.1.4. Не загромождать оборудование посторонними предметами, которые снижают теплоотдачу.

2.1.5. Выполнять санитарные нормы и соблюдать режимы работы и отдыха.

2.1.6. Соблюдать правила эксплуатации электрооборудования или другого оборудования в соответствии с инструкциями по эксплуатации.

2.1.7. Соблюдать установленные режимы рабочего времени, регламентированные упражнения для глаз, шеи, рук, туловища и ног.

3. Требования безопасности при работе с электрооборудованием

3.1. Работник перед началом работы с электрооборудованием должен произвести:

- осмотр электрооборудования;
- проверку комплектности и надежности крепления деталей;
- проверку внешним осмотром исправности кабеля (шнура);
- проверку четкости работы выключателя;
- использовать только штатные приспособления.

3.2. Работник обязан доложить руководителю при обнаружении дефектов в электрооборудовании и не эксплуатировать неисправное электрооборудование.

3.3. Включение электрооборудования производить вставкой исправной вилки в исправную специальную розетку для бытовых приборов.

3.4. При работе с электрооборудованием запрещается:

- оставлять включенное электрооборудование без надзора;
- передавать электрооборудование лицам, не имеющим право работать с ним;
- ударять по электрооборудованию;
- снимать средства защиты;
- дергать за подводящий провод для отключения;
- держать палец на выключателе при переносе электрооборудования;
- натягивать, перекручивать и перегибать подводящий кабель;
- ставить на кабель (шнур) посторонние предметы;
- допускать касание кабеля (шнура) с горячими или теплыми предметами;
- производить разборку или ремонт электрооборудования.

3.5 Работник обязан выполнять с электрооборудованием только ту работу, для которой предназначено оборудование.

3.6. Если во время работы обнаружится неисправность электрооборудования или работающий с ним почувствует хотя бы слабое действие тока, работа должна быть немедленно прекращена и неисправное оборудование должно быть сдано для проверки и ремонта.

3.7. Отключение электрооборудования необходимо производить:

- при перерыве в работе;
- при окончании рабочего процесса

3.8. Работник обязан отключить электрооборудование, вынув исправную вилку из исправной розетки.

4. Требования безопасности а аварийных ситуациях при работе с электрооборудованием

4.1. Работник обязан:

4.1.1. Во всех случаях обнаружения обрыва проводов питания, повреждении электрооборудования, появления запаха гари немедленно отключить питание и сообщить об аварийной ситуации руководителю структурного подразделения или директору Учреждения.

4.1.2. Не приступать к работе с неисправным оборудованием до устранения неисправности.

4.1.3. При обнаружении человека, попавшего под напряжение, немедленно отключить электропитание и освободить его от действия тока, оказать доврачебную помощь и вызвать скорую медицинскую помощь по телефону 03.

5. Требования безопасности во время непосредственной работы

5.1. Работник, выполняющий свои обязанности во время работы, обязан.

5.1.2. При движении пешком необходимо выполнять правила дорожного движения для пешехода:

- при переходе через автодорожные проезды необходимо пользоваться пешеходными мостами и тоннелями;
- при отсутствии пешеходных мостов и тоннелей переходить автодорожные проезды по зеленому сигналу светофора по обозначенному переходу «зеброй»;
- при отсутствии инженерных сооружений или светофоров, стоя на обочине автопроезда или на тротуаре, оценить расстояние до приближающегося транспорта, условия перехода автопроезда и переходить автопроезд по перпендикулярному направлению при отсутствии транспорта и безопасности перехода.

5.1.3. Железнодорожные пути переходить по пешеходным тоннелям и мостам.

5.1.4. При пользовании служебной машиной, оборудованной ремнем безопасности, работник обязан быть пристегнут им.

5.1.5. Работник обязан производить посадку и высадку в служебную машину со стороны тротуара или обочины, посадка со стороны проезжей

части возможна при условии, что это будет безопасно и не создаст помех другим участникам движения.

5.1.6. Работнику при езде в служебной машине или в другом транспортном средстве запрещается отвлекать водителя от управления транспортным средством во время движения автомобиля и открывать двери транспортного средства во время его движения.

5.1.7 Работник, который выполняет работу по сопровождению груза, обязан быть одетым в оранжевый сигнальный жилет.

6. Требования пожарной безопасности

6.1. Работник обязан:

- знать схему эвакуации и место расположения огнетушителей;
- знать способ обращения с огнетушителем;
- не загромождать проходы посторонними предметами;
- при длительных перерывах более 1 часа или, уходя с работы, выключать ПК и другие электроприборы (кроме факса и холодильника) путем вынимания исправной вилки из исправной розетки;
- не допускать загоразивания огнеопасными материалами (тканями, бумагой и т.д.) настольной лампы и обогревателя с открытой спиралью;
- не разрешать вешать одежду на выключатели и розетки;
- не хранить легковоспламеняющиеся вещества в комнатах;
- при обнаружении возгорания прекратить работу, оповестить окружающих сотрудников, без паники выйти из здания, по возможности вызвать пожарную команду по телефону 01, сообщить администрации, отключить от сети электрооборудование, приступить к тушению пожара имеющимися средствами пожаротушения;
- не разрешать курение в комнатах;
- при общем сигнале опасности без паники выйти из здания;
- курить только в отведенных местах.

6.2 Работнику запрещается:

- применять открытый огонь;
- оставлять без присмотра электрооборудование (ПК, нагреватель, настольную лампу и т.п.);
- сушить одежду и обувь на нагревательных приборах;
- пользоваться самодельными электроприводными средствами;
- пользоваться неисправными электроприборами.

7. Оказание доврачебной помощи

7.1. Работник обязан проверить комплектацию аптечки для оказания первой помощи.

Состав аптечки для оказания первой помощи комплектуется в соответствии с приказом Минздравсоцразвития РФ от 05.03.2011 № 169н «Об утверждении требований к комплектации изделиями медицинского назначения аптечек для оказания первой помощи работникам».

Состав аптечки для оказания первой помощи работникам

1. Изделия медицинского назначения для временной остановки наружного кровотечения и перевязки ран.

1.1. Жгут кровоостанавливающий	1 шт.
1.2. Бинт марлевый медицинский нестерильный 5 м * 5 см	1 шт.
1.3. Бинт марлевый медицинский нестерильный 5 м * 10 см	1 шт.
1.4. Бинт марлевый медицинский нестерильный 7 м * 14 см	1 шт.
1.5. Бинт марлевый стерильный 5 м * 7 см	1 шт.
1.6. Бинт марлевый медицинский стерильный 5 м * 10 см	2 шт.
1.7. Бинт марлевый медицинский стерильный 7 м * 14 см	2 шт.
1.8. Пакет перевязочный медицинский индивидуальный стерильный с герметичной оболочкой	1 шт.
1.9. Салфетки марлевые медицинские стерильные не менее 16 см х 14 см № 10	1 уп.
1.10. Лейкопластырь бактерицидный не менее 4 см х 10 см	2 шт.
1.11. Лейкопластырь бактерицидный не менее 1,9 см х 7,2 см	10 шт.
1.12. Лейкопластырь рулонный не менее 1 см х 250 см	1 шт.

2. Изделия медицинского назначения для проведения сердечно-легочной реанимации.

2.1. Устройство для проведения искусственного дыхания «Рот – Устройство – Рот» или карманная маска для искусственной вентиляции легких «Рот – маска»	1 шт.
--	-------

3. Прочие изделия медицинского назначения.

3.1. Ножницы для разрезания повязок по Листеру	1 шт.
3.2. Салфетки антисептические из бумажного текстилеподобного материала стерильные спиртовые не менее 12,5 см х 11,0 см	5 шт.
3.3. Перчатки медицинские нестерильные смотровые размером не менее М	2 пары
3.4. Маска медицинская нестерильная 3-слойная из нетканого материала с резинками или завязками	2 шт.
3.5. Покрывало спасательное изотермическое не менее 160 см х 210 см	1 шт.

4. Прочие средства.

4.1. Английские булавки стальные со спиралью не менее 38 мм	3 шт.
4.2. Рекомендации с пиктограммами по использованию изделий медицинского назначения аптечки для оказания первой помощи работникам	1 шт.
4.3. Футляр или сумка санитарная	1 шт.
4.4. Блокнот отрывной для записей формата не менее А7	1 шт.
4.5. Авторучка	1 шт.

Примечания:

1. Средства, входящие в состав аптечки для оказания первой помощи работникам, не подлежат замене.

2. По истечении сроков годности средств, входящих в состав аптечки для оказания первой помощи работникам, или в случае их использования аптечку необходимо пополнить.

Не допускается произвольная замена указанных в перечне лекарственных средств и изделий медицинского назначения.

Не применять средства с поврежденной упаковкой и истекшим сроком годности.

При использовании любого средства аптечку срочно нужно пополнить.

Работник обязан оказать первую помощь при недомогании, пользуясь аптечкой.

Травма

Ушибы, переломы, вывихи, боль, припухлость, патологическая подвижность, костная крепитация, боль при осевой нагрузке, укорочение конечности, выступление отломков в рану при открытом переломе. Обезболивание, фиксация (шинами, подручными средствами или фиксация руки к туловищу, нога к ноге, холод на место травмы.

Раны и кровотечения

1. Артериальное (кровь алая, вытекает пульсирующей струей). Наложите жгут выше раны. Оставить записку с указанием времени наложения жгута, наложить на рану повязку. Конечность зафиксировать, больному дать обезболивающее.

2. Венозное, капиллярное (кровь темная, не пульсирует). Наложить на рану салфетку и давящую повязку бинтом, холод на место травмы.

3. На рану наложить стерильную повязку, дать обезболивающее.

Мелкие раны и ссадины обработать йодом или зеленкой и заклеить бактерицидным пластырем.

Ожоги

При обширных ожогах наложить стерильную повязку, дать обезболивающее.

Боли в сердце

Дать валидол (1 табл.) или нитроглицерин, или тринитралонг (1 табл.), 15 капель корвалола в 50 мл воды.

Обморок

Положить больного на пол, ноги приподнять, дать понюхать нашатырного спирта на ватке.

Стрессовая реакция

Развести в 50 мл. воды 30 капель корвалола и дать выпить больному.

Сердечно-легочная реанимация

Проводится при отсутствии у больного сознания, дыхания и пульса сонной артерии (непрямой массаж сердца и искусственное дыхание с использованием устройства (до прибытия медработника или восстановления дыхания и пульса)).

Отравление

Промыть желудок. Развести на 100 мл воды 1 ст. ложку энтерозеда и дать больному выпить.

Поражение глаз

Попадание инородных тел и веществ, промыть глаза водой, закапать сульфацила натрия 3-5 капель.

Поражение электрическим током

Освободить от действия тока (обесточивание, выполнение искусственного дыхания (рот в рот), поддержать основные жизненные функции, провести наружный массаж сердца.

Отравление газом

Различают три степени отравления газом:

- а) легкая степень – бледность лица, тошнота, рвота, головная боль;
- б) средняя степень – потеря сознания;
- в) тяжелая степень – отсутствие дыхания, возможна остановка сердца.

При отравлении газом необходимо вынести больного на свежий воздух летом, а зимой – в хорошо проветриваемое помещение. Вызвать скорую.

При легкой степени отравления помочь двигаться пострадавшему, сможет дать теплое питье, при необходимости сердечные капли.

При средней степени (при потере сознания) посадить или положить пострадавшего, расстегнуть одежду у пострадавшего, помахать ватой смоченной в нашатырном спирте, натереть виски и привести в сознание. Ноги должны быть в тепле. Если нет дыхания – выполнить искусственное дыхание рот в рот. Положить пострадавшего на спину. Открыть ему рот, подложить одну свою руку под затылок, а другой нажать на лоб. При необходимости разжать зубы и убедиться, что язык не запал. Повернуть голову на бок, очистить рот от слизи и посторонних предметов (вставной челюсти). Скатанный валик из одежды положить под плечи (а не под спину и шею) так, чтобы голова оказалась опрокинутой и подбородок находился на одном уровне с грудной клеткой. Набрать в грудь воздух и вздохнуть через салфетку пострадавшему при закрытом носе пострадавшего рукой или щекой. Выход произойдет самопроизвольно за счет веса грудной клетки. Вдох-выдох выполнить за 5-6 секунд, то есть в минуту 10-12 вдохов выдохов.

Непрямой массаж сердца производить при отсутствии пульса, при проведении цикла вдох-выдох быстро положить руки ладонями вниз па нижнюю треть грудной клетки на 2 см выше солнечного сплетена нажать на грудную клетку и опустить с частотой 3-4 раза во время выдоха. Непрямой

массаж выполнять до появления пульса и пока не сменит врач скорой помощи.

При удушье

Удушье может наступить от кислородной недостаточности при утечке газа. Признаки удушья:

- а) при легкой степени – першит в горле, спазмы в горле, стук в висках, головная боль;
 - б) при средней степени – головная боль;
 - в) при тяжелой степени – нет дыхания и возможна остановка сердца.
- Оказать помощь так же, как при отравлении газом.

При ожогах

Ожоги различают 4-х степеней:

- 1-я степень – покраснение участка тела;
- 2-я степень – появление пузырей;
- 3-я степень – появление ожоговых ран;
- 4-я степень – появление мест обугливания.

Меры помощи при ожогах:

- первой и второй степеней обильно поливать водой комнатной температуры или пузырем со льдом, после охлаждения наложить повязку с противоожоговой мазью;
- при ожогах третьей и четвертой степеней, не снимая одежды, обрезать ее на месте раны, наложить стерильную повязку, дать обезболивающее и вызвать скорую помощь;
- нельзя вскрывать пузыри, удалять приставшую к обожженному месту мастику;
- при ожогах глаз сделать холодные примочки из раствора борной кислоты (0,5 ч.ложки на стакан воды) и немедленно направить пострадавшего к врачу.

При ушибах и переломах

Наложить холодный компресс на ушибленное место. При закрытом переломе наложить шины и зафиксировать положение перелома, при открытом переломе: остановить кровотечение наложением жгута выше раны на одежду, под жгут положить записку со временем наложения жгута, жгут разрешается держать полтора часа, после остановки кровотечения наложить шины и зафиксировать положение перелома. Вызвать скорую помощь.

При обморожении

Согреть отмороженную часть тела теплой ванной с температурой 20 градусов, постепенно увеличивая температуру до 40 градусов, обмыть мылом от заражения, высушить, закрыть стерильной повязкой и укрыть теплом.

Нельзя смазывать жиром или мазью. Произвести легкий массаж, дать горячий чай.

Обо всех случаях травматизма рабочий немедленно извещает руководителя структурного подразделения или директора Учреждения.

Инструкция разработана:

Директор _____ Н.В.Воронина

« _____ » _____ 2016 года

Согласовано:

Юрисконсульт _____

Дата « _____ » _____ 2016 года