

Приложение № 1  
УТВЕРЖДЕНА  
приказом Аппарата Правительства  
Мурманской области  
от 29.03.2019 № 50-ОД

## **Программа проведения вводного инструктажа по охране труда в Аппарате Правительства Мурманской области**

### **I. Общие сведения об Аппарате Правительства Мурманской области**

1. В соответствии с Положением об Аппарате Правительства Мурманской области (министерства), утвержденным Постановлением Правительства Мурманской области от 11.04.2011 № 161–ПП, Аппарат Правительства Мурманской области (министерство) (далее – Аппарат Правительства) является исполнительным органом государственной власти Мурманской области, созданным для обеспечения деятельности Правительства Мурманской области (далее – Правительство) и Губернатора Мурманской области (далее – Губернатор), организации контроля за выполнением иными исполнительными органами государственной власти Мурманской области решений, принятых Правительством.

2. Аппарат Правительства является юридическим лицом, имеет гербовую печать, иные печати, штампы и бланки установленного образца и счета, открываемые в соответствии с законодательством Российской Федерации.

3. Место нахождения Аппарата Правительства: 183006, г. Мурманск, пр. Ленина, д. 75.

4. В соответствии со статьей 217 Трудового Кодекса Российской Федерации функции по обеспечению соблюдения требований охраны труда, осуществления контроля за их выполнением возложены на управление государственной службы и кадров Аппарата Правительства (далее – УГСМК). УГСМК является структурным подразделением Аппарата Правительства.

5. Вводный инструктаж проводит государственный гражданский служащий, прошедший в установленном порядке обучение по охране труда и проверку знаний требований охраны труда или имеющего опыт работы в этой области и на которого приказом Аппарата Правительства возложено исполнение этих обязанностей. О проведении вводного инструктажа делается запись в специальном журнале за подписью инструктируемого и инструктирующего, а также даты проведения инструктажа.

Граждане Российской Федерации, впервые и вновь поступающие на должности государственной гражданской службы или принимаемые на работу по трудовому договору в Аппарат Правительства, а также командированные в организацию, и работники сторонних организаций, выполняющие работы на территории Аппарата Правительства, допускаются к самостоятельной работе только после прохождения вводного инструктажа по охране труда. Вводный

инструктаж по охране труда проводится независимо от их образования, стажа работы по профессии или должности.

## II. Основные термины и законодательство по охране труда

### 2.1. Основные термины и определения в сфере охраны труда:

Охрана труда – система сохранения жизни и здоровья работников в процессе трудовой деятельности, включающая в себя правовые, социально-экономические, организационно-технические, санитарно-гигиенические, лечебно-профилактические, реабилитационные и иные мероприятия.

Требования охраны труда – государственные нормативные требования охраны труда и требования охраны труда, установленные правилами и инструкциями по охране труда.

Условия труда – совокупность факторов производственной среды и трудового процесса, оказывающих влияние на работоспособность и здоровье работника.

Вредный производственный фактор – производственный фактор, воздействие которого на работника может привести к его заболеванию.

Опасный производственный фактор – производственный фактор, воздействие которого на работника может привести к его травме.

Безопасные условия труда – условия труда, при которых воздействие на работающих вредных и (или) опасных производственных факторов исключено либо уровни их воздействия не превышают установленных нормативов.

Специальная оценка условий труда – комплекс последовательно осуществляемых мероприятий по идентификации вредных и опасных факторов производственной сферы и трудового процесса, а также оценке уровня их воздействия на работника с учетом отклонений их фактических значений от установленных нормативов условий труда и применения средств индивидуальной и коллективной защиты работников.

Рабочее место – место, где работник должен находиться или куда ему необходимо прибыть в связи с его работой и которое прямо или косвенно находится под контролем работодателя.

Производственная деятельность – совокупность действий работников с применением средств труда, необходимых для превращения ресурсов в готовую продукцию, включающих в себя производство и переработку различных видов сырья, строительство, оказание различных видов услуг.

Напряженность труда – характеристика трудового процесса, отражающая нагрузку преимущественно на центральную нервную систему, органы чувств, эмоциональную сферу работника. К факторам, характеризующим напряженность труда, относятся интеллектуальные, сенсорные, эмоциональные нагрузки, степень монотонности нагрузок, режим работы.

Тяжесть труда – характеристика трудового процесса, отражающая преимущественную нагрузку на опорно – двигательный аппарат и функциональные системы организма (сердечно – сосудистую, дыхательную и

др.), обеспечивающие его деятельность. Тяжесть труда характеризуется физической динамической нагрузкой, массой поднимаемого и перемещаемого груза, общим числом стереотипных рабочих движений, величиной статистической нагрузки, характером рабочей позы, глубиной и частотой наклона корпуса, перемещением в пространстве.

Несчастный случай на производстве – случай воздействия на работающего опасного производственного фактора при выполнении работником трудовых обязанностей или заданий руководителя работ.

Профессиональное заболевание – хроническое или острое заболевание работника, являющееся результатом воздействия на него вредных производственных факторов и повлекшее временную или стойкую утрату трудоспособности.

## 2.2. Законодательство Российской Федерации об охране труда

2.2.1. Статья 37 Конституции Российской Федерации устанавливает право граждан Российской Федерации на труд в условиях, отвечающих требованиям безопасности и гигиены;

2.2.2. Раздел X «Охрана труда» Трудового Кодекса Российской Федерации определяет основные направления государственной политики в области охраны труда, государственные нормативные требования охраны труда, обязанности работодателя по обеспечению безопасных условий и охраны труда, организацию охраны труда, права и гарантии работников на труд, в условиях соответствующих требованиям охраны труда, расследование несчастных случаев на производстве;

2.2.3. Федеральный закон «Об обязательном социальном страховании от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний» от 24.07.1998 № 125–ФЗ устанавливает правовые, экономические и организационные основы обязательного социального страхования от несчастных случаев и профзаболеваний и определяет порядок возмещения вреда, причиненного жизни и здоровью работника при исполнении им обязанностей по трудовому договору и в иных установленных настоящим Федеральным законом случаях;

2.2.4. Федеральный закон «О санитарно–эпидемиологическом благополучии населения» от 30.03.2003 № 52 – ФЗ направлен на обеспечение санитарно–эпидемиологического благополучия населения как одного из основных условий реализации конституционных прав граждан на охрану здоровья и благоприятную окружающую среду;

2.2.5. Федеральный закон Российской Федерации от 23.02.2013 № 15–ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака»;

2.2.6. Федеральный закон Российской Федерации от 28.12.2013 № 426–ФЗ «О специальной оценке условий труда»;

2.2.7. Глава 59 статьи 1064 – 1101 Гражданского Кодекса Российской Федерации от 30.11.1994 № 51–ФЗ регламентируют возмещение вреда;

2.2.8. Статьи 5.27, 5.44 Кодекса Российской Федерации об административных правонарушениях от 30.12.2001 № 195 регламентируют размеры штрафов;

2.2.9. Статья 143 Уголовного Кодекса Российской Федерации от 13.06.1996 № 63–ФЗ регламентирует виды уголовной ответственности за нарушение правил охраны труда;

2.2.10. Международные конвенции Международной организации труда, ратифицированные Российской Федерацией. Основные из них Конвенция № 148 «О защите трудящихся от профессионального риска, вызываемого загрязнением воздуха, шумом и вибрацией на рабочих местах» и Конвенция № 155 «О безопасности и гигиене труда и производственной среды».

Значительное место в системе российского законодательства занимают нормативные акты по охране труда, устанавливающие:

– правила по охране труда, разработанные на основании постановления Министерства труда и социального развития Российской Федерации от 17.12.2002 № 80 «Об утверждении методических рекомендаций по разработке государственных нормативных требований охраны труда»;

– санитарные правила, нормы и гигиенические нормативы, утверждаемые Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор);

– организационно –методические документы: положения, методические указания, утверждаемые соответствующими федеральными органами исполнительной власти.

### III. Служебный контракт (индивидуальный трудовой договор), рабочее время и время отдыха. Гарантии и компенсации.

3.1. Служебный контракт заключается между государственным гражданским служащим Мурманской области (далее – гражданский служащий) и руководителем Аппарата Правительства.

В соответствии со служебным контрактом Аппарат Правительства обязуется предоставить гражданину, поступающему на гражданскую службу Мурманской области, возможность прохождения гражданской службы и замещения определенной должности гражданской службы в соответствии с федеральными законами, Законом Мурманской области от 13.10.2005 № 660–01–ЗМО «О государственной гражданской службе Мурманской области» (далее – Закон Мурманской области), обеспечить условия труда, предусмотренные трудовым законодательством и иными нормативными правовыми актами, содержащими нормы трудового права, своевременно и в полном размере выплачивать денежное содержание и предоставить ему государственные социальные гарантии, а гражданский служащий обязуется лично исполнять должностные обязанности в соответствии с должностным регламентом, соблюдать Служебный распорядок Аппарата Правительства, (далее – Служебный распорядок).

Трудовой договор заключается между руководителем Аппарата Правительства и работником.

В соответствии с трудовым договором Аппарат Правительства обязуется предоставить работу по обусловленной трудовой функции, обеспечить условия труда, предусмотренные трудовым законодательством и иными нормативными правовыми актами, содержащими нормы трудового права, своевременно и в полном размере выплачивать заработную плату, а работник обязуется лично выполнять определенную этим договором трудовую функцию в интересах, под управлением и контролем работодателя, соблюдать Правила внутреннего трудового распорядка.

### 3.2. Служебное (рабочее) время и время отдыха.

Режимы труда и отдыха гражданских служащих Аппарата Правительства определяются Служебным распорядком, работников, замещающих должности, не являющиеся должностями государственной гражданской службы Мурманской области (далее – работники) – Правилами внутреннего трудового распорядка.

Для гражданских служащих (работников) продолжительность служебного (рабочего) времени составляет:

для мужчин – 40 часов в неделю;

для женщин – 36 часов.

Выходные дни – суббота и воскресенье.

Ненормированный служебный (рабочий) день установлен всех для сотрудников Аппарата Правительства в соответствии действующим законодательством.

Время начала и окончания ежедневной службы (работы):

Для женщин:

начало службы – 09:00

окончание службы – 17:15

окончание службы в день, предшествующий выходному дню – 17:00.

Для мужчин:

начало службы – 09:00

окончание службы – 18:15

окончание службы в день, предшествующий выходному дню – 17:00

Перерыв для отдыха и питания – с 13:00 до 14:00 часов.

### 3.3. Гарантии и компенсации гражданских служащих, работников.

Аппарат Правительства принимает меры по обеспечению гарантий, льгот и компенсаций государственных служащих (работников) в области охраны труда, здоровья, отдыха, социальной защиты, предусмотренных Трудовым кодексом Российской Федерации, Законом Мурманской области и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации.

Представитель нанимателя (работодатель) обеспечивает и гарантирует:

- равные условия оплаты труда;
- право гражданского служащего (работника) на своевременное и в полном объеме получение денежного содержания (заработной платы);
- установление гражданскому служащему ежемесячной надбавки к должностному окладу за выслугу лет на гражданской службе и за особые условия государственной гражданской службы;
- установление надбавок и других выплат, в том числе связанных с результативностью профессиональной деятельности гражданского служащего (иного работника), установленные федеральными законами, иными нормативными правовыми актами Российской Федерации;
- условия прохождения службы (работы), обеспечивающие исполнение должностных обязанностей в соответствии с должностным регламентом (должностной инструкцией);
- отдых с нормальной продолжительностью служебного времени, предоставление выходных дней и нерабочих праздничных дней, а также ежегодных оплачиваемых основных и дополнительных отпусков;
- медицинское страхование гражданских служащих (работников) в порядке, установленном законодательством Российской Федерации;
- обязательное государственное социальное страхование на случай заболевания или утраты трудоспособности в период прохождения службы (работы) либо сохранение денежного содержания (заработной платы) при временной нетрудоспособности, а также на время прохождения обследования в медицинской организации, оказывающей специализированную медицинскую помощь, в соответствии с федеральным законом;
- выплаты по обязательному государственному страхованию в случаях, порядке и размерах, установленных федеральными законами и законами Мурманской области;
- обеспечивает своевременное перечисление страховых взносов в соответствии с Налоговым кодексом Российской Федерации;
- медицинское обслуживание;
- транспортное обслуживание, обеспечиваемое в связи с исполнением должностных обязанностей, а также компенсация за использование личного транспорта в служебных целях и возмещение расходов, связанных с его использованием, в случаях и порядке, установленных законодательством Мурманской области;

Согласно законодательству Российской Федерации представитель нанимателя (работодатель) предоставляет гражданским служащим и работникам гарантии и компенсации в случаях:

- направления в служебные командировки;
- переезда на работу в другую местность;
- исполнения государственных или общественных обязанностей;
- совмещения гражданской службы (работы) с обучением;
- вынужденного прекращения гражданской службы (работы) не по вине гражданского служащего (работника);

– в других случаях, установленных Трудовым кодексом, другими федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации.

### 3.4. Регламентация труда женщин

В Аппарате Правительства устанавливаются следующие ограничения, предусматривающие охрану труда женщин:

– применение труда женщин на тяжелых работах и работах с вредными и (или) опасными условиями труда;

– нормы допустимых нагрузок при подъеме и перемещении тяжестей вручную: при подъеме и перемещении тяжестей постоянно в течение рабочего дня – 7 кг, при чередовании с другой работой (до 2–х раз в час) – 10 кг;

– беременных женщин запрещено направлять в служебные командировки, привлекать к сверхурочной работе, работе в ночное время, выходные и нерабочие праздничные дни;

– женщин, имеющих детей в возрасте до трех лет, допускается направлять в служебные командировки, привлекать к сверхурочной работе, работе в ночное время, выходные и нерабочие праздничные дни, только с их письменного согласия и при условии, что это не запрещено им в соответствии с медицинским заключением;

– беременные женщины и женщины, имеющие детей в возрасте до полутора лет, переводятся на этот период на более легкую работу, исключаящую неблагоприятное воздействие опасных и вредных производственных факторов, с сохранением среднего заработка по прежней работе;

– женщинам, имеющим детей в возрасте до полутора лет, предоставляются помимо общего перерыва для отдыха и питания дополнительные перерывы для кормления ребенка;

– с беременными женщинами, с женщинами, имеющими детей в возрасте до трех лет, одинокими матерями, воспитывающими ребенка в возрасте до четырнадцати лет (ребенка–инвалида до восемнадцати лет), другими лицами, воспитывающими указанных детей без матери, расторжение трудового договора по инициативе представителя нанимателя (работодателя) не допускается, за исключением случаев ликвидации организации.

## IV. Права и обязанности государственного служащего (работника) Аппарата Правительства в сфере охраны труда

4.1. В соответствии со статьей 219 Трудового Кодекса Российской Федерации, каждый работник (гражданский служащий) имеет право на:

– рабочее место, соответствующее требованиям охраны труда;

– обязательное социальное страхование от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний в соответствии с федеральным законом;

- получение достоверной информации от работодателя, соответствующих государственных органов об условиях и охране труда на рабочем месте, о существующем риске повреждения здоровья, а также о мерах по защите от воздействия вредных и (или) опасных производственных факторов;

- отказ от выполнения работ в случае возникновения опасности для его жизни и здоровья вследствие нарушения требований охраны труда, за исключением случаев, предусмотренных федеральными законами, до устранения такой опасности;

- обеспечение средствами индивидуальной и коллективной защиты в соответствии с требованиями охраны труда за счет средств работодателя;

- обучение безопасным методам и приемам труда за счет средств работодателя;

- профессиональную переподготовку за счет средств работодателя в случае ликвидации рабочего места вследствие нарушения требований охраны труда;

- запрос о проведении проверки условий и охраны труда на его рабочем месте органами государственного надзора и контроля за соблюдением законодательства о труде и охране труда, работниками, осуществляющими государственную экспертизу условий труда, а также органами профсоюзного контроля за соблюдением законодательства о труде и охране труда;

- обращение в органы государственной власти Российской Федерации, органы государственной власти субъектов Российской Федерации, к работодателю, а также в профессиональные союзы, их объединения по вопросам охраны труда;

- личное участие или участие через своих представителей в рассмотрении вопросов, связанных с обеспечением безопасных условий труда на его рабочем месте, и в расследовании происшедшего с ним несчастного случая на производстве или профессионального заболевания;

- внеочередной медицинский осмотр (обследование) в соответствии с медицинскими рекомендациями с сохранением за ним места работы (должности) и среднего заработка во время прохождения указанного медицинского осмотра (обследования).

4.2. Согласно статье 214 Трудового Кодекса Российской Федерации работник (гражданский служащий) обязан:

- соблюдать требования охраны труда, установленные законами и иными нормативными правовыми актами, а также правилами и инструкциями по охране труда;

- правильно применять средства индивидуальной и коллективной защиты;

- проходить обучение безопасным методам и приемам выполнения работ по охране труда, оказанию первой помощи при несчастных случаях на производстве, инструктаж по охране труда, проверку знаний требований охраны труда;

- немедленно извещать своего непосредственного или вышестоящего руководителя о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о

каждом несчастном случае, происшедшем на производстве, или об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления);

– проходить обязательные предварительные (при поступлении на работу) и периодические (в течение трудовой деятельности) медицинские осмотры (обследования).

## V. Организация работы по охране труда.

### Осуществление государственного надзора и контроля за состоянием охраны труда в Аппарате Правительства

5.1. Общее руководство работой по охране труда в Аппарате Правительства осуществляет руководитель Аппарата Правительства.

5.2. Методическое руководство работой по охране труда структурных подразделениях Аппарата Правительства возложено на государственного гражданского служащего, прошедшего в установленном порядке обучение по охране труда и проверку знаний требований охраны труда или имеющего опыт работы в этой области.

5.3. Контроль за соблюдением требований трудового законодательства по охране труда в структурных подразделениях Аппарата Правительства возложено на руководителя соответствующего структурного подразделения.

5.4. Федеральный государственный надзор за соблюдением трудового законодательства в сфере охраны труда осуществляется федеральной инспекцией труда.

Федеральная инспекция труда – единая централизованная система, состоящая из федерального органа исполнительной власти (Федеральная служба по труду и занятости), уполномоченного на проведение федерального государственного надзора за соблюдением трудового законодательства и иных нормативных правовых актов, содержащих нормы трудового права, и его территориальных органов (государственных инспекций труда).

В Мурманской области – Государственная инспекция труда в Мурманской области (г. Мурманск, ул. Капитана Буркова, д. 36).

Государственная политика в области охраны труда определяет:

– обеспечение приоритета сохранения жизни и здоровья работников;

– защиту законных интересов работников, пострадавших от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний, а также членов их семей на основе обязательного социального страхования работников от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний;

– установление компенсаций за тяжелую работу и работу с вредными или опасными условиями труда, неустранимыми при современном техническом уровне производства и организации труда.

Должностные лица органов государственного надзора и контроля (государственные инспекторы) по охране труда имеют право беспрепятственно посещать любые организации, проводить расследования несчастных случаев в организациях, иметь доступ к необходимой информации, выдавать

должностным лицам организаций обязательные для исполнения предписания, налагать штрафы на должностных лиц организаций, виновных в нарушении законодательных и иных нормативных актов об охране труда.

## VI. Условия труда

Условия труда – совокупность факторов производственной среды и трудового процесса, оказывающих влияние на работоспособность и здоровье работника (статья 209 Трудового кодекса Российской Федерации).

Трудовое законодательство обязывает работодателя обеспечить работнику безопасные условия труда на рабочем месте.

Безопасные условия труда – условия труда, при которых воздействие на работающих вредных и (или) опасных производственных факторов исключено либо уровни их воздействия не превышают установленных нормативов.

В целях выявления вредных и (или) опасных производственных факторов работодателем проводится оценка условий труда на рабочих местах.

В соответствии с частью 4 статьи 3 Федерального закона от 28.12.2004 № 426–ФЗ «О специальной оценке условий труда» проведение специальной оценки условий труда в отношении условий труда государственных гражданских служащих регулируется федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации, законами и иными нормативными правовыми актами субъектов РФ о государственной гражданской службе.

По результатам проведения специальной оценки условий труда устанавливаются классы (подклассы) условий труда на рабочих местах (ч. 2 ст. 3 Федерального закона № 426–ФЗ).

Согласно ч. 1 ст. 14 Федерального закона № 426–ФЗ условия труда по степени вредности и (или) опасности подразделяются на четыре класса – оптимальные, допустимые, вредные и опасные условия труда.

### 6.1. Опасные и вредные производственные факторы, характерные для Аппарата Правительства

Вредный производственный фактор – производственный фактор, воздействие которого на работника может привести к его заболеванию.

Опасный производственный фактор – производственный фактор, воздействие которого на работника может привести к его травме.

Санитарно–гигиенические условия труда характеризуются возможным наличием различных опасных и (или) вредных производственных факторов, которые могут неблагоприятно повлиять на здоровье и привести к заболеванию или снижению работоспособности.

К опасным производственным факторам относятся:

– электрический ток, повышенная температура поверхностей оборудования (в здании Аппарата Правительства);

– движущийся автотранспорт, различные подъемно–транспортные устройства (на прилегающей территории к Аппарату Правительства, а также во время исполнения выездных заданий).

Вредными для здоровья физическими факторами являются: повышенная или пониженная температура воздуха рабочей зоны, высокие влажность и скорость движения воздуха, повышенные уровни шума, вибрации, ультразвука и различных излучений – тепловых, электромагнитных, ионизирующих, инфракрасных и других излучений, освещенность рабочих мест, микроклиматические условия и т.п. К вредным физическим факторам относятся также запыленность и загазованность воздуха рабочей зоны, недостаточная освещенность рабочих мест, проходов, повышенная яркость света.

К психофизическим опасным и вредным производственным факторам относятся физические перегрузки и нервно–психические (умственное перенапряжение, перенапряжение слуха, зрения)

Кроме того, нужно иметь в виду, что все вредные факторы могут явиться косвенной причиной производственной травмы, так как влияют на самочувствие, внимание и утомляемость человека.

Предельно допустимые концентрации (ПДК) вредных веществ в воздухе рабочей зоны – это такие концентрации, которые при ежедневной работе, но не более 40 часов в неделю, в течение всего рабочего стажа не могут вызвать заболеваний или отклонений в состоянии здоровья, обнаруживаемых современными методами исследований в процессе работы или в отдаленные сроки жизни настоящего и последующих поколений. ПДК установлены для рабочей зоны и измеряются в мг/м<sup>3</sup>.

Уровни шума, микроклимат, уровни ионизации воздуха в помещениях Комитета должны удовлетворять требованиям санитарных норм, утвержденных действующим законодательством Российской Федерации.

Основными опасными и вредными производственными факторами на рабочих местах могут явиться недостаточная освещенность на рабочем месте и несоблюдение правил работы на персональном компьютере.

При выполнении работ на персональном компьютере согласно ГОСТу 12.0.003–74 «ССБТ. Опасные и вредные производственные факторы. Классификация.» могут иметь место следующие факторы:

- повышенная температура поверхностей ПК;
- повышенная или пониженная температура воздуха рабочей зоны;
- выделение в воздух рабочей зоны ряда химических веществ;
- повышенная или пониженная влажность воздуха;
- повышенный или пониженный уровень отрицательных и положительных аэроионов;
- повышенное значение напряжения в электрической цепи, замыкание;
- повышенный уровень статического электричества;
- повышенный уровень электромагнитных излучений;
- повышенная напряженность электрического поля;
- отсутствие или недостаток естественного света;

- недостаточная искусственная освещенность рабочей зоны;
- повышенная яркость света;
- повышенная контрастность;
- прямая и отраженная блескость;
- зрительное напряжение;
- монотонность трудового процесса;
- нервно–эмоциональные перегрузки.

Физически вредные и опасные факторы:

- повышенные уровни электромагнитного, рентгеновского, ультрафиолетового и инфракрасного излучения;
- повышенный уровень статического электричества и запыленности воздуха рабочей зоны;
- повышенное содержание положительных аэронов и пониженное содержание отрицательных аэроионов в воздухе рабочей зоны; повышенный уровень блескости и ослепленности;
- неравномерность распределения яркости в поле зрения; повышенная яркость светового изображения;
- повышенное значение напряжения в электрической цепи, замыкание которой может произойти через тело человека.

Химически вредные и опасные факторы – повышенное содержание в воздухе рабочей зоны двуокиси углерода, озона, аммиака, фенола и формальдегида.

Психофизические вредные и опасные факторы:

- напряжение зрения и внимания;
- интеллектуальные, эмоциональные и длительные статические нагрузки; монотонность труда;
- большой объем информации, обрабатываемый в единицу времени; нерациональная организация рабочего места.

## VII. Методы и средства предупреждения несчастных случаев и профессиональных заболеваний:

средства коллективной защиты, плакаты, знаки, сигнализация

7.1. Основными методами предупреждения несчастных случаев на производстве являются:

- контроль со стороны представителя нанимателя и лица, ответственного за организацию работы по охране труда в Аппарате Правительства, а также должностных лиц за соблюдением гражданскими служащими и работниками требований охраны труда;
- соблюдение гражданскими служащими и работниками требований охраны труда, Инструкции по пожарной безопасности в Аппарате Правительства, Служебного распорядка (Правил внутреннего трудового распорядка);

- соблюдение гражданскими служащими (работниками) требований к оборудованию и организации рабочего места;
- соблюдение производственной и личной гигиены при исполнении служебных (трудовых) обязанностей;
- обязательное прохождение гражданскими служащими (работниками) предварительных (при поступлении на работу) и периодических (в течение трудовой деятельности) медицинских осмотров;
- использование средств индивидуальной защиты;
- соблюдение гражданским служащим (работникам) во время работы требований предупредительных, запрещающих плакатов и других вывешенных знаков безопасности;
- соблюдение инструкций (требований, правил) по использованию электрооборудования.
- соблюдение требований безопасности в аварийных ситуациях или при несчастном случае на производстве.

7.2. Исполнение обязанностей гражданских служащих (работников) Аппарата Правительства непосредственно связано с работой на персональных компьютерах (далее – ПК).

В целях обеспечения нормальных условий труда и предотвращения производственного травматизма должны быть обеспечены следующие требования по организации рабочего места.

Освещение рабочих мест должно отвечать требованиям действующих строительных норм и правил.

Освещенность на поверхности стола пользователя ПК в зоне расположения документа должна быть 300 – 500 лк.

Следует ограничивать прямую блесккость от источников освещения (окна, светильники и др.).

Следует ограничивать отраженную блесккость на рабочих поверхностях (экран, стол, клавиатура и др.) за счет правильного выбора типов светильников и расположения рабочих мест по отношению к источникам естественного и искусственного освещения.

Местное освещение не должно создавать бликов на поверхности экрана.

Показатель ослепленности для источников общего искусственного освещения при постоянной работе с компьютерами должен быть не более 20, в административно–общественных помещениях – не более 40.

Следует ограничивать неравномерность распределения яркости в поле зрения пользователя ПК, при этом соотношение яркости между рабочими поверхностями не должно превышать 3:1 – 5:1, а между рабочими поверхностями и поверхностями стен и оборудования – 10:1.

Коэффициент пульсации освещенности для рабочих мест с ПК не должен превышать 5%.

Допустимые значения электромагнитных излучений ПК должны соответствовать действующим санитарным правилам и нормам.

К самостоятельной работе с ПК и множительной техникой допускаются лица, имеющие персональные навыки, изучившие руководство по эксплуатации ПК и знающие порядок включения и отключения электронных устройств, прошедшие вводный инструктаж по охране труда, а также инструктаж на рабочем месте.

К работе с персональным компьютером допускаются лица, не имеющие медицинских противопоказаний.

Работающие с персональным компьютером обязаны:

– знать возможные вредные производственные факторы, характерные для работы с компьютером (воздействие электромагнитного и электростатического полей, переутомление зрения, снижение его остроты и др.);

– знать приемы освобождения от действия электрического тока лиц, попавших под напряжение, и способы оказания им первой помощи;

– знать расположение средств пожаротушения и уметь ими пользоваться.

Работа на ПК должна обеспечивать оптимальные параметры микроклимата.

С целью снижения или устранения нервно–психического, зрительного и мышечного напряжения, предупреждения переутомления во время регламентированных перерывов необходимо выполнять комплексы упражнений, рекомендованных СанПин 2.2.2/2.4.1340–03 (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 03.06.2003 № 118).

Для уменьшения напряженности труда необходимо размеренно распределять нагрузку, рационально чередовать характер деятельности: подготовка данных, работа непосредственно с монитором и клавиатурой, получение выходных данных и т.д.

Режим труда и отдыха при работе на ПК предусматривает непрерывную продолжительность работы с монитором и клавиатурой не более 4–х часов при восьмичасовом рабочем дне, при этом через каждый час работы необходимо делать перерыв для отдыха на 5 – 10 минут, а через 2 часа работы – на 15 минут.

В случае возникновения сбоев в работе ПК и множительной техники, других возможных нештатных ситуаций, могущих повлечь серьезные последствия, в первую очередь, для людей, а также в случаях получения травмы или ухудшения состояния работников необходимо:

– немедленно сообщить своему непосредственному руководителю, а в его отсутствие – другому вышестоящему руководителю, оказать доврачебную помощь, одновременно (в случае необходимости) вызвать медицинскую службу.

### 7.3. Основные требования по предупреждению электротравматизма

Гражданский служащий (работник) Apparата Правительства должен знать, что электрический ток представляет собой скрытый вид опасности.

При прикосновении к токоведущим частям оборудования или оголенным

проводам, находящимся под напряжением, человек может получить электротравму (частичное поражение организма) или электрический удар (поражение организма в целом при параличе дыхания или сердца, или того и другого одновременно при параличе нервной системы, мышц грудной клетки и желудочков сердца).

Во избежание поражения электрическим током необходимо соблюдать следующие правила:

- не прикасаться к арматуре общего освещения, электрическим проводам, к неизолированным и неогражденным токоведущим частям электрических устройств, аппаратов и приборов (розеток, патронов, переключателей, рубильников, предохранителей и др.);

- в случае обнаружения нарушения изоляции электропроводок, открытых токоведущих частей электрооборудования или нарушения заземления оборудования немедленно сообщить об этом непосредственному руководителю;

- не наступать на переносные электрические провода, лежащие на полу;

- не снимать ограждения и защитные кожухи с токоведущих частей оборудования, аппаратов и приборов, не открывать двери электрораспределительных шкафов (щитов), не хранить в них никаких предметов;

- не производить самостоятельно ремонт электрооборудования;

- по окончании рабочего дня выключить кондиционеры, освещение, электрооборудование.

### VIII. Общие правила поведения гражданских служащих (работников) в административном здании

Обязанности гражданского служащего (работника) в области охраны труда закреплены в статье 214 Трудового кодекса Российской Федерации.

8.1. В административном здании Аппарата Правительства, на прилегающей к нему территории, а также во время исполнения выездных заданий гражданский служащий (работник) обязан соблюдать:

- Инструкцию по охране труда;

- Инструкцию по пожарной безопасности;

- Служебный распорядок (Правила внутреннего трудового распорядка).

Находясь в Аппарате Правительства необходимо соблюдать следующие правила:

- при перемещении в коридорах следует быть внимательным к открывающимся дверям, сколам на ступенях лестниц, плохо закрепленному покрытию пола;

- ходить только по установленным проходам;

- не садиться и не облакачиваться на случайные предметы, ограждения, перила;

- не подниматься и не спускаться бегом по лестничным маршам, не

бегать по коридорам;

- не читать на ходу документы и информацию в электронных устройствах;

- передвигаться с осторожностью по мокрому полу;

- не прикасаться к электрическим проводам, кабелям электроустановок;

- не оставлять без присмотра включенное электрооборудование, выключать его при перерывах в работе, а по окончании рабочего дня – обесточить;

- приступая к работе на новом оборудовании, необходимо изучить инструкцию по его эксплуатации, уделив особенное внимание разделу «требования безопасности»;

- не устранять самостоятельно неисправности в осветительной и силовой сети, а также пусковых устройствах;

- не разжигать огонь в помещениях;

- не мыть окна;

- не выпрыгивать из окна;

- принимать пищу следует в оборудованных помещениях (столовой, буфете, комнате приема пищи).

Курение и употребление спиртных напитков в здании Аппарата Правительства запрещено.

В холодное время года при нахождении на открытых территориях Аппарата Правительства надевать верхнюю одежду.

При подъеме и спуске по лестничным маршам необходимо передвигаться спокойно, не спеша, ставить ногу полной ступней и при необходимости придерживать за перила.

В случае заболевания или травмы, даже незначительной, необходимо прекратить работу, поставить в известность об этом непосредственного руководителя, а в его отсутствие – вышестоящего руководителя и обратиться за оказанием квалифицированной медицинской помощи.

Во время работы гражданским служащим (иным работникам) необходимо строго соблюдать требования предупредительных, запрещающих плакатов и других вывешенных знаков безопасности.

При перемещении на прилегающей территории, а также во время исполнения выездных заданий необходимо соблюдать следующие правила:

- быть внимательным при работе и передвижении;

- не находиться в зоне действия грузоподъемных машин, верхолазных работ;

- не перебегать дорогу перед движущимся автотранспортом;

- соблюдать особую осторожность при нахождении в зонах повышенной опасности (при проведении погрузочно–разгрузочных работ, неровности и скользкие участки на поверхности земли и т.п.);

- стоящий автомобиль обходить только спереди, чтобы водитель мог Вас видеть;

- во избежание травм соблюдать особую осторожность в ненастную погоду (снегопад, гололед, дождь и т.п.);

– соблюдать правила дорожного движения.

При несчастном случае действовать в соответствии с разделом X «Несчастные случаи на производстве» настоящей Программы.

#### IX. Обстоятельства и причины отдельных характерных несчастных случаев, острых отравлений, аварий, пожаров, происшедших в организации из-за нарушения требований безопасности и охраны труда

9.1. Наиболее частой причиной травматизма является спотыкание и поскользывание при ходьбе, поэтому при перемещении по территории организации следует соблюдать следующие меры предосторожности:

во время ходьбы быть внимательным и постоянно контролировать изменение окружающей обстановки, особенно в сложных метеорологических условиях (дождь, туман, снегопад, гололед и т.п.) и в темное время суток;

соблюдать особую осторожность и быть внимательным при нахождении в зонах повышенной опасности (погрузочно-разгрузочные работы, неровности и скользкие места на поверхности земли и т.п.).

#### 9.2. Причины острых отравлений:

- не соблюдение производственной санитарии и личной гигиены;
- не использование средств индивидуальной защиты;
- повышенная концентрация вредных веществ в воздухе;
- загазованность и запыленность воздуха;
- изменение аэроионного состава воздуха в рабочем помещении;
- нарушение инструкций, нормативов по охране труда.

#### 9.3. Основные причины возникновения пожаров:

- неосторожное обращение с огнем;
- оставленные без присмотра электроприборы;
- проведение с нарушениями требований правил пожарной безопасности огневых, строительных и других пожароопасных работ;
- курение в неустановленных местах;
- использование легковоспламеняемых веществ;
- нарушение технологий.
- использование спичек, свечей при осмотре кладовых и чердаков;
- короткое замыкание электропроводов при их намокании в результате протечки крыш или затоплении водой подвалов;
- неправильное хранение и неосторожное обращение с горючими жидкостями, аэрозольными упаковками и захламление кладовых ненужными вещами, макулатурой;
- отогревание открытым огнем (паяльной лампой, факелом) замерзших труб, проведение ремонтных сварочных работ без принятия мер безопасности.

#### X. Несчастные случаи на производстве

Несчастный случай на производстве – это событие, в результате которого работник или другое лицо, участвующее в производственной деятельности работодателя (в том числе с лицом, подлежащими обязательному социальному страхованию от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний), при исполнении им трудовых обязанностей или выполнении какой-либо работы по поручению работодателя (его представителя), а также при осуществлении иных правомерных действий, обусловленных трудовыми отношениями с работодателем либо совершаемых в его интересах, получил увечье или иное повреждение здоровья, которое повлекло необходимость перевода на другую работу, временную или стойкую утрату профессиональной трудоспособности либо смерть.

Несчастный случай на производстве является страховым случаем, если он произошел с работником, подлежащим обязательному социальному страхованию от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний.

Степень тяжести несчастного случая классифицируется в соответствии с приказом Минздравсоцразвития Российской Федерации от 24.02.2005 № 160 «Об определении степени тяжести повреждения здоровья при несчастных случаях на производстве». В соответствии с данным документом несчастные случаи на производстве по степени тяжести подразделяются на 2 категории: легкие и тяжелые.

Несчастные случаи на производстве расследуются в соответствии со статьями 227 – 231 Трудового Кодекса Российской Федерации и Постановлением Министерства труда и социального развития РФ от 24.10.2002 № 73 «Об утверждении форм документов, необходимых для расследования и учета несчастных случаев на производстве, и положения об особенностях расследования несчастных случаев на производстве в отдельных отраслях и организациях» (далее – Постановление Минтруда РФ от 25.10.2002 № 73).

Расследование и учет несчастных случаев в Аппарате Правительства возложено на Управление ГСиК.

10.1. Порядок действий гражданского служащего (работника) при несчастном случае или остром отравлении

В соответствии со статьей 214 Трудового кодекса Российской Федерации гражданский служащий (работник) обязан немедленно извещать своего непосредственного или вышестоящего руководителя о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, происшедшем на производстве, или об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления).

Непосредственный руководитель гражданского служащего (работника), а в случае его отсутствия вышестоящий руководитель обязан:

– немедленно организовать первую помощь пострадавшему и при необходимости доставку его в учреждение здравоохранения;

- сообщить руководителю Аппарата Правительства и специалисту по охране труда (лицу, на которое возложены обязанности специалиста по охране труда), о происшедшем несчастном случае;

- принять неотложные меры по предотвращению развития аварийной ситуации и воздействия травмирующего фактора на других лиц;

- сохранить без изменений до начала расследования несчастного случая обстановку (если это не угрожает жизни и здоровью других людей и не приведет к аварии). В случае невозможности ее сохранения – зафиксировать сложившуюся обстановку (схемы, фотографии и т.п.).

Представитель нанимателя (работодатель) обязан обеспечить своевременное расследование несчастного случая на производстве и его учет.

## 10.2. Порядок расследования и оформления несчастных случаев и профессиональных заболеваний

По общему правилу расследование несчастного случая производится по месту происшествия.

Несчастные случаи на производстве, происшедшие с гражданским служащим (работником), временно находящимися в командировке на территории государств СНГ, либо с гражданами России, пребывающими в государствах СНГ по трудовому или иному договору, расследуются в порядке, установленном соответствующими нормативными актами страны места пребывания в командировке (места заключения договора). Это правило установлено Соглашением о порядке расследования несчастных случаев на производстве, происшедших с работниками при нахождении их вне государства проживания, заключенным государствами СНГ 9 декабря 1994 г.

Если несчастный случай произошел с гражданским служащим (работником) не на производстве (например, в пути на работу или с работы), выяснение его обстоятельств может осуществляться (по предложению руководителя организации, в которой работает пострадавший) комиссией по социальному страхованию, специально созданной комиссией в составе представителей работодателя и работников.

Для расследования несчастных случаев приказом Аппарата Правительства назначается комиссия. В случаях, предусмотренных Трудовым кодексом РФ, в расследовании несчастных случаев на производстве принимает государственный инспектор труда, самостоятельно проводящий расследование несчастного случая.

В течение трех дней с момента несчастного случая комиссия проводит расследование, устанавливает обстоятельства и причины несчастного случая, а также лиц, допустивших нарушения требований охраны труда, вырабатывает предложения по устранению выявленных нарушений и причин несчастного случая.

Расследование несчастного случая (в том числе группового), в результате которого один или несколько пострадавших получили тяжелые повреждения здоровья, либо несчастного случая (в том числе группового) со смертельным

исходом проводится комиссией в течение 15 дней.

Несчастный случай, о котором не было своевременно сообщено непосредственному руководителю или в результате которого нетрудоспособность у пострадавшего наступила не сразу, расследуется по заявлению пострадавшего или его доверенного лица в течение одного месяца со дня поступления указанного заявления.

При расследовании каждого несчастного случая комиссия выявляет, и опрашивает очевидцев происшествия, лиц, допустивших нарушения требований охраны труда, получает необходимую информацию от представителя нанимателя (работодателя) и по возможности объяснения от пострадавшего.

При необходимости председатель комиссии привлекает к расследованию несчастного случая должностных лиц органов государственного надзора и контроля (по согласованию с ними) в целях получения заключения о технических причинах происшествия, в компетенции которых находится их исследование.

В процессе расследования формируется определенный объем материалов: приказ о создании комиссии; планы, эскизы, схемы, протокол осмотра места происшествия, а при необходимости – фото– и видеоматериалы; документы, характеризующие состояние рабочего места, наличие опасных и вредных производственных факторов; выписки из журналов регистрации инструктажей по охране труда и протоколов проверки знания пострадавшими требований охраны труда; протоколы опросов очевидцев несчастного случая и должностных лиц, объяснения пострадавших; экспертные заключения специалистов, результаты технических расчетов, лабораторных исследований и испытаний; медицинское заключение о характере и степени тяжести повреждения, причиненного здоровью пострадавшего, или причине его смерти, нахождении пострадавшего в момент несчастного случая в состоянии алкогольного, наркотического или иного токсического опьянения.

Конкретный перечень материалов расследования определяется председателем комиссии в зависимости от характера и обстоятельств несчастного случая.

Перечень и объем материалов расследования групповых несчастных случаев с тяжелыми последствиями, тяжелых несчастных случаев или несчастных случаев со смертельным исходом, происшедших в результате аварий (катастроф) транспортных средств (пп. «а» п. 15 Постановления Минтруда РФ от 25.10.2002 № 73), определяется председателем комиссии с учетом имеющихся материалов расследования происшествия, проведенного в установленном порядке соответствующими полномочными государственными органами надзора и контроля или комиссиями и владельцем транспортного средства.

Комиссией принимаются к рассмотрению только оригиналы подготовленных документов, после чего с них снимаются заверенные копии (делаются выписки). Документы с надлежаще не оформленными поправками,

подчистками и дополнениями как официальные не рассматриваются, и подлежат изъятию.

При проведении расследования несчастных случаев комиссия (либо самостоятельно проводящий расследование государственный инспектор труда) на основе собранной информации и изучения имеющихся материалов устанавливает обстоятельства и причины несчастного случая, а также лиц, допустивших нарушение требований охраны труда, вырабатывает предложения по устранению выявленных нарушений, причин несчастного случая и предупреждению аналогичных несчастных случаев. При необходимости работодатель за счет собственных средств обеспечивает по требованию комиссии сбор и закрепление материалов расследования несчастных случаев.

### 10.3 Оформление результатов расследования

По каждому несчастному случаю, квалифицированному по результатам расследования как несчастный случай на производстве и повлекшему за собой необходимость перевода пострадавшего на другую работу, потерю им трудоспособности на срок не менее одного дня либо смерть пострадавшего, оформляется акт о несчастном случае на производстве по установленной форме (Н-1) в двух экземплярах.

Аппарат Правительства выдает пострадавшему или лицу, представляющему его интересы, акт формы Н-1 о несчастном случае, утвержденный постановлением Минтруда России от 24 октября 2002 г. № 73, не позднее трех дней с момента завершения по нему расследования. Второй экземпляр указанного акта вместе с материалами расследования хранится в Аппарате Правительства в течение 45 лет. При страховых случаях третий экземпляр акта о несчастном случае на производстве и копии материалов расследования направляются в Фонд социального страхования.

Если комиссия в ходе расследования несчастного случая пришла к выводу, что несчастный случай произошел не при выполнении гражданским служащим (работником) служебных (трудовых) обязанностей или работы по заданию организации, она составляет акт о расследовании произвольной формы, в котором обосновывает свои выводы и прилагает к нему материалы расследования. Акт по форме Н-1 в этом случае не составляется. Подлинники документа остаются у представителя нанимателя (работодателя).

Государственный инспектор труда при выявлении сокрытого несчастного случая, поступлении жалобы, заявления, иного обращения пострадавшего (его законного представителя или иного доверенного лица), лица, состоявшего на иждивении погибшего в результате несчастного случая, либо лица, состоявшего с ним в близком родстве (их законного представителя или иного доверенного лица), о несогласии их с выводами комиссии по расследованию несчастного случая, а также при получении сведений, объективно свидетельствующих о нарушении порядка расследования, проводит дополнительное расследование несчастного случая в соответствии с требованиями главы 36 ТК РФ независимо от срока давности несчастного случая.

Дополнительное расследование проводится, как правило, с привлечением профсоюзного инспектора труда, а при необходимости – представителей соответствующего федерального органа исполнительной власти, осуществляющего функции по контролю и надзору в установленной сфере деятельности, и исполнительного органа страховщика (по месту регистрации работодателя в качестве страхователя). По результатам дополнительного расследования государственный инспектор труда составляет заключение о несчастном случае на производстве и выдает предписание, обязательное для выполнения работодателем (его представителем).

Государственный инспектор труда имеет право обязать работодателя (его представителя) составить новый акт о несчастном случае на производстве, если имеющийся акт оформлен с нарушениями или не соответствует материалам расследования несчастного случая. В этом случае прежний акт о несчастном случае на производстве признается утратившим силу на основании решения работодателя (его представителя) или государственного инспектора труда.

## XI. Социальное обеспечение пострадавших на производстве

В соответствии с Трудовым кодексом Российской Федерации и Федеральным законом от 24.07.1999 № 125 – ФЗ «Об обязательном социальном страховании от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний» государственные гражданские служащие (работники) Аппарата Правительства являются застрахованными лицами по обязательному социальному страхованию от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний.

Обязательное социальное страхование от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний является видом социального страхования и предусматривает:

- обеспечение социальной защиты застрахованных и экономической заинтересованности субъектов страхования в снижении профессионального риска;

- возмещение вреда, причиненного жизни и здоровью застрахованного лица при исполнении им обязанностей по трудовому договору и в иных установленных настоящим Федеральным законом случаях, путем предоставления застрахованному в полном объеме всех необходимых видов обеспечения по страхованию, в том числе оплату расходов на медицинскую, социальную и профессиональную реабилитацию;

- обеспечение предупредительных мер по сокращению производственного травматизма и профессиональных заболеваний.

Обеспечение по социальному страхованию от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний осуществляется Фондом социального страхования РФ. В Мурманской области данную функцию осуществляет ГУ Мурманское региональное отделение Фонда социального страхования РФ.

Право на обеспечение по страхованию у застрахованных, а так же лиц, имеющих право на получение страховых выплат в связи со смертью застрахованного, возникает со дня наступления страхового случая.

Обеспечение по страхованию осуществляется:

1. В виде пособия по временной нетрудоспособности, назначаемого в связи со страховым случаем и выплачиваемого за счет средств на обязательное социальное страхование от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний.

2. Пособие по временной нетрудоспособности в связи с несчастным случаем на производстве или профессиональным заболеванием выплачивается за весь период временной нетрудоспособности застрахованного до его выздоровления или установления стойкой утраты профессиональной трудоспособности в размере 100 процентов его среднего заработка, исчисленного в соответствии с законодательством Российской Федерации о пособиях по временной нетрудоспособности.

3. В виде страховых выплат:

- единовременной страховой выплаты застрахованному либо лицам, имеющим право на получение такой выплаты в случае его смерти;
- ежемесячных страховых выплат застрахованному либо лицам, имеющим право на получение таких выплат в случае его смерти.

## ХII. Первая помощь пострадавшим. Действия гражданского служащего (работника) при возникновении несчастного случая

12.1. В соответствии с Федеральным законом от 21.11.2011 № 323–ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (далее – Федеральный закон) первая помощь до оказания медицинской помощи оказывается гражданам при несчастных случаях, травмах, отравлениях и других состояниях и заболеваниях, угрожающих их жизни и здоровью, лицами, обязанными оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом и имеющими соответствующую подготовку, в том числе сотрудниками органов внутренних дел Российской Федерации, сотрудниками, военнослужащими и работниками Государственной противопожарной службы, спасателями аварийно–спасательных формирований и аварийно–спасательных служб. Водители транспортных средств и другие лица вправе оказывать первую помощь при наличии соответствующей подготовки и (или) навыков.

Для реализации Федерального закона утвержден Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь и Перечень мероприятий по оказанию первой помощи.

12.2. Объем первой медицинской помощи, которую гражданские служащие должны уметь оказать в случае необходимости, регламентирован приказом от 04.05.2012 № 477н «Об утверждении Перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и Перечня мероприятий по оказанию первой помощи» и включает в себя:

- отсутствие сознания;
- остановка дыхания и кровообращения;
- наружные кровотечения;
- инородные тела верхних дыхательных путей;
- травмы различных областей тела;
- ожоги, эффекты воздействия высоких температур, теплового излучения;
- отморожение и другие эффекты воздействия низких температур;
- отравления.

Перечень мероприятий по оказанию первой помощи:

- оценка обстановки и обеспечение безопасных условий для оказания первой помощи (определение угрожающих факторов для жизни и здоровья, их устранение, оценка пострадавших, извлечение из труднодоступных мест);
- вызов скорой помощи;
- определение наличия сознания у пострадавшего;
- мероприятия по поддержанию и (или) восстановлению проходимости дыхательных путей и определению признаков жизни у пострадавшего;
- проведение сердечно–легочной реанимации до появления признаков жизни;
- обзорный осмотр пострадавшего и временная остановка наружного кровотечения;
- подробный осмотр пострадавшего в целях выявления признаков травм, отравлений и других состояний, угрожающих его жизни и здоровью, и по оказанию первой помощи в случае выявления указанных состояний;
- наложение повязок при травмах различных областей тела, в том числе герметизирующей при ранении грудной клетки;
- фиксация шейного отдела позвоночника (вручную, подручными средствами, с использованием изделий медицинского назначения);
- прекращение воздействия опасных химических веществ на пострадавшего (промывание желудка путем приема воды и вызывания рвоты, удаление с поврежденной поверхности и промывание поврежденной поверхности проточной водой);
- местное охлаждение при травмах, термических ожогах и иных воздействиях высоких температур или теплового излучения;
- термоизоляция при отморожениях и других эффектах воздействия низких температур;
- придание пострадавшему оптимального положения тела;
- контроль состояния пострадавшего (сознание, дыхание, кровообращение) и оказание психологической поддержки;
- передача пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи, другим специальным службам, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом.

### 12.3. Ранения, переломы, вывихи, ушибы.

При ранениях основной задачей оказывающего первую помощь является

предохранение пораженного места от загрязнения. Для оказания первой помощи необходимо вскрыть индивидуальный пакет, который должен находиться в аптечке, и перевязать рану. Нельзя при этом касаться руками той части стерильного материала, которая будет наложена на рану.

При кровотечении необходимо остановить кровь, подняв раненую конечность вверх и закрыв кровоточащую рану перевязочным материалом из индивидуального пакета. Сложив материал комочком, придавить его к ране и подержать так в течение 4 – 5 минут, после чего сверху забинтовать и отправить пострадавшего в медпункт.

Если кровотечение тугой повязкой не останавливается, то необходимо наложить жгут, а при его отсутствии – закрутку из подручного материала (скрученный платок, полотенце и т.п.). Жгут накладывают выше места кровотечения, ближе к ране, на одежду или мягкую подкладку из бинта, чтобы не прищемить кожу.

Во избежание омертвения конечности не оставлять жгут на месте более 2–х часов. Пострадавшего после наложения жгута необходимо немедленно отправить в медпункт.

В случае кровотечения из артерии головы или когда абсолютно не из чего сделать жгут, нужно прижать артерию выше места повреждения к кости и немедленно транспортировать пострадавшего в медпункт.

В тех случаях, когда нельзя наложить жгут (при кровотечении на голове, шее, грудной клетке, животе), применяют давящую повязку.

При переломах нужно создать полный покой поврежденной части тела и соблюдать исключительную осторожность при переноске пострадавшего. Прежде всего следует определить место перелома. При этом не допускать движения поврежденной конечности или части тела, так как острые концы кости могут поранить окружающие ткани, мышцы, кожу, вызвать кровотечение. Необходимо наложить на поврежденную часть тела неподвижную повязку – шину. Если нет специальных шин, то можно использовать имеющийся под руками подходящий материал (доску, палки и т.п.).

Шины накладывают таким образом, чтобы они захватывали не менее двух суставов, между которыми находится перелом. Под шины нужно подложить мягкий материал – вату, полотенце и пр.

При переломе костей черепа пострадавшего уложить на носилки таким образом, чтобы голова была несколько приподнята, по бокам ее уложить два валика. На голову положить холод.

При переломах позвоночника осторожно положить пострадавшего на носилки животом вниз и отправить в медпункт. Носилки должны быть твердыми, для чего снизу положить широкую доску.

При вывихах необходимо закрепить конечность в том положении, какое она приняла. Например, при вывихе плеча под мышку положить какой-нибудь мягкий сверток, руку подвесить; при вывихе бедра подложить свернутую одежду, когда пострадавший будет положен на носилки. Вправление вывиха производится только врачом.

При ушибах следует приложить к ушибленному месту холод, туго забинтовать и направить пострадавшего в медпункт.

#### 12.4. Способы искусственного дыхания.

Наиболее эффективным и во многих случаях приемлемым является искусственное дыхание по методу вдувания воздуха "изо рта в рот" или "изо рта в нос". Искусственное дыхание делают, когда человек не дышит.

Быстро открыть пострадавшему рот и, если там есть жидкость, слизь, удалить их носовым платком, марлей. Вынуть также съемные протезы.

Положив человека на спину и расстегнув на нем одежду, максимально запрокинуть его голову, чтобы язык не закрыл вход в гортань.

Зажав ноздри пострадавшего, глубоко вдохните, плотно прижмите свой рот к его открытому рту (через платок) и с силой вдувайте воздух до тех пор, пока грудь пострадавшего не начнет подниматься.

Выдохнув весь свой запас воздуха, сделайте глубокий вдох. В это время у пострадавшего пассивно происходит выдох.

Методом "изо рта в нос" нужно пользоваться при ранениях нижней челюсти или когда челюсти плотно стиснуты.

Оказывающий помощь производит 12 – 15 вдуваний в минуту.

#### 12.5. Непрямой (наружный) массаж сердца.

При отсутствии пульса у пострадавшего одновременно с искусственным дыханием проводят непрямой массаж сердца. Для этого пострадавшего необходимо уложить на жесткую поверхность. Оказывающий помощь становится справа или слева от пострадавшего и, положив кисти рук одна на другую на нижнюю часть грудной клетки, энергичными толчками производит ритмичное надавливание на грудную клетку (частота надавливаний – 50 – 60 раз в минуту, глубина надавливаний – 3 – 4 см).

Необходимо придерживаться следующего чередования массажа и искусственного дыхания:

а) при наличии помощника – через каждые 4 – 6 надавливаний на грудную клетку помощник делает вдувание воздуха;

б) при отсутствии помощника – через 15 – 29 надавливаний с целью массажа сердца производить 2 – 3 вдувания.

Искусственное дыхание и массаж сердца следует проводить до полного восстановления дыхательной и сердечной деятельности или до решения врача о наступлении смерти.

#### 12.6. Первая помощь при поражении электрическим током.

Освободите пострадавшего от дальнейшего воздействия тока и вызовите скорую медицинскую помощь.

Если пострадавший в сознании, без видимых тяжелых ожогов и травм, положите его на спину, расстегните стесняющую дыхание одежду, дайте болеутоляющие и успокаивающие средства: анальгин, аспирин, капли Зеленина, настойку валерианы (запивать не более чем 2 – 3 глотками

жидкости). Дождитесь прибытия врача, не позволяя больному двигаться. Будьте внимательны при транспортировке пострадавшего: остановка дыхания или сердца может произойти в любое время. Не давайте пить – это вызовет рвоту и нарушение дыхания. Никогда не закапывайте пострадавшего в землю, так как при этом тело охлаждается, ожоги и раны загрязняются, теряется время.

При отсутствии сознания, но сохранившемся дыхании уложите пострадавшего на бок на твердую горизонтальную поверхность, обеспечьте приток свежего воздуха. Дайте ему нюхательный нашатырный спирт, обрызгайте водой, разотрите и согрейте тело, наложите на места ожогов стерильные повязки.

Если нарушено дыхание и сердцебиение, немедленно приступайте к проведению искусственного дыхания и непрямому массажу сердца, не прекращайте их до полного появления самостоятельного дыхания и сужения зрачков или до прибытия врача.

### 12.7. Острое пищевое отравление.

Немедленно вызовите скорую медицинскую помощь. Промойте несколько раз желудок до появления чистых промывных вод (заставьте больного выпить по 3 – 4 стакана воды или розового раствора марганцовокислого калия, вызывая рвоту раздражением корня языка пальцами).

После промывания дайте выпить 2 – 4 чайные ложки активированного угля, растворенного в стакане воды. Напоите больного большим количеством чая, но не кормите. Заверните его в одеяло и обложите грелками для согревания. Не оставляйте его до прибытия врача одного, так как в любой момент могут прекратиться дыхание и кровообращение.

### 12.8. Термический ожог (от огня, кипящей воды, жира).

При небольшом ожоге (покраснении кожи) подставьте обожженное место под струю холодной воды и подержите до стихания боли, не накладывая повязки.

При сильных ожогах и образовании пузырей наложите на них стерильную повязку (бинт или проглаженную утюгом ткань), вызовите скорую медицинскую помощь, давайте пострадавшему чаще пить.

При обширных ожоговых поражениях кожи немедленно вызовите скорую медицинскую помощь, укутайте пострадавшего проглаженным полотенцем, простыней. Дайте ему 1 – 2 таблетки анальгина или амидопирина, большое количество жидкости (чай, минеральную воду).

Если произошел ожог глаз, сделайте холодные примочки из чая, постарайтесь немедленно доставить пострадавшего в больницу.

При сильных ожогах запрещается:

- обрабатывать кожу спиртом, одеколоном (это вызовет сильное жжение и боль);
- прокалывать образовавшиеся пузыри (они предохраняют рану от инфекции);

- смазывать кожу жиром, зеленкой, крепким раствором марганцовки, засыпать порошками (это затруднит дальнейшее лечение);
- срывать прилипшие к месту ожога части одежды, прикасаться к нему руками (это приводит к проникновению инфекции);
- разрешать пострадавшему самостоятельно двигаться (возможен шок);
- поливать пузыри и обугленную кожу водой.

12.9. В Управлении ГСМК находится аптечка с необходимым минимумом препаратов для оказания первой помощи при несчастных случаях.

**Телефоны экстренных служб:**

– вызов с городского телефона:

01 – пожарная охрана и спасатели;

02 – полиция;

03 – скорая помощь;

– вызов с других операторов сотовой связи:

112–1 – пожарная охрана;

112–2 – полиция;

112–3 – скорая помощь

---