

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказом директора
Вільненського ліцею
Соколівської сільської ради
Кропивницького району
Кіровоградської області
від 15.08.2023 року № 71

ІНСТРУКЦІЯ № 5-Ф
з надання першої (долікарської) медичної допомоги в кабінеті фізики

I. Загальні положення

1.1. Під час проведення практичних, лабораторних робіт з фізики можливі такі нещасні випадки:

- ураження електрострумом;
- травми від падаючих, відлітаючих предметів;
- отруєння;
- хімічні і термічні опіки;
- ураження осколками скла.

Слід пам'ятати, що чим швидше буде надано допомогу потерпілому, тим менше буде негативних наслідків. У разі необхідності потрібно негайно викликати швидку допомогу.

1.2. У навчальному закладі повинна бути аптечка з набором медикаментів, перев'язувальних засобів і приладдя, основний перелік якого наведено нижче, а також цієї інструкції щодо надання першої медичної допомоги.

**Перелік медикаментів, перев'язувальних засобів і приладдя для аптечки
в кабінет фізики**

№	Назва	Кількість
1.	Бинт стерильний і нестерильний	По 1 шт.
2.	Серветки стерильні	1 уп.
3.	Вата гігроскопічна (у банці з притертою пробкою)	50 г.
4.	Спирт етиловий	30-50 мл.
5.	Мазь від опіків (з анестезином тощо)	1 уп.
6.	Перманганат калію	15-20 г.
7.	Розчин йоду спиртовий	1 фл.
8.	Розчин борної кислоти 5%-й спиртовий	1 фл.
9.	Розчин оцтової кислоти 2%-й	100-150 мл.
10.	Розчин аміаку 10%-й	1 фл.
11.	Валідол	1 уп.
12.	Вазелін борний	1 уп.
13.	Розчин перекису водню 3%-й	50 мл.
14.	Активоване вугілля в таблетках	4 уп.
15.	Сульфацил-натрію 30%-й у тюбиках по 1,5 мл	5 шт.
16.	Сода питна	1 пачка
17.	Ножиці медичні	1 шт.
18.	Пінцет	1 шт.
19.	Клей БФ-6 (або лейкопластир)	25 мл.(3 пак.)

Комплектування аптечки роблять за погодженням з персоналом медпункту закладу.

I. Перша допомога при отруєнні

1.1. Отруєння карбон (II) оксидом.

Ознаки отруєння: запаморочення голови, головний біль, слабкість, блювання, шум у вухах, судороги і непритомність.

Перша допомога: негайно вивести потерпілого на свіже повітря, звільнити від одягу, який заважає диханню, давати вдихати кисень (чистий або з добавкою вуглекислоти (CO₂) з об'ємною часткою 5 %). Потерпілого потрібно тримати в теплі, зігрівати грілками або теплими компресами до рук і ніг. У разі потреби робити штучне дихання до прибуття лікаря.

1.2. Отруєння дигідрогенсульфідом.

Ознаки отруєння: запаморочення голови, головний біль, нудота, загальна слабкість. У деяких випадках може настати раптова смерть унаслідок ураження дихальних шляхів.

Перша допомога: треба забезпечити потерпілому доступ свіжого повітря, дати вдихати кисень з добавкою вуглекислоти з об'ємною часткою 5-7 %.

1.3. Отруєння оксидами нітрогену.

Ознаки отруєння: оксиди нітрогену насамперед діють на слизову оболонку і дихальні шляхи, потім зумовлюють подразнення очей, сухість у горлі, кашель, іноді нудоту і блювання. Отруєння оксидами нітрогену особливо небезпечне для осіб, які страждають на серцеві захворювання.

Перша допомога: потерпілому дати дихати чистим киснем. У зв'язку з можливим набряком легень і порушенням кровообігу слід уникати всяких рухів, потрібен повний спокій. Не допускати охолодження тіла.

1.4. Отруєння хлором.

Ознаки отруєння: подразнення верхніх дихальних шляхів, при тривалій дії кашель посилюється і може завершитися спазмом окремих ділянок дихальних шляхів, а потім припиняється дихання. Навіть при короткочасній дії хлору треба остерігатися гострого набряку легень.

Перша допомога: негайно вивести потерпілого на свіже повітря, звільнити від одягу, що заважає диханню. Дати дихати киснем або вдихати з ватки нашатирний спирт з етанолом, можна дати випити суспензію магній оксиду (10 г на склянку води). Покласти до рук і ніг потерпілого теплі компреси.

1.5. Отруєння сульфур (IV) оксидом.

Ознаки отруєння: подразнення слизових оболонок, кашель і чхання.

Перша допомога: потерпілого вивести на свіже повітря, дати вдихати з ватки нашатирний спирт з етанолом, застосувати інгаляцію розчином питної соди з масовою часткою натрій гідрокарбонату 2 %.

1.6. Отруєння амоніаком.

Ознаки отруєння: подразнення слизових оболонок, сльозотеча і запалення очей, сильний кашель, жар у горлі. Крім того, у потерпілого з'являються нудота і приступи задухи.

Перша допомога: при отруєнні через вживання рідини з амоніаком дати випити велику кількість води з додаванням до неї оцтової кислоти, викликати блювання, дати молока, яєчний білок. При отруєнні внаслідок вдихання амоніаку вивести потерпілого на свіже повітря, дати вдихати з ватки пару розведеної оцтової кислоти.

1.7. Отруєння органічними рідинами.

При потраплянні в організм через травний тракт отруйних органічних рідин: ацетон, формалін, метиловий, аміловий спирти, анілін тощо, необхідно викликати блювання, а потім дати молока і яєчний білок.

1.8. При отруєннях в інших випадках необхідно:

- при отруєнні карбон дисульфідом: потерпілого вивести на свіже повітря, давати вдихати нашатирний спирт, дати валідол, напоїти міцним солодким чаєм;
- при отруєнні натрій фторидом: створити потерпілому повний спокій, поїти молоком з яєчним білком або дати вапнистої води;
- при отруєнні сульфатною кислотою: дати проковтнути шматочок льоду і покласти лід на живіт, прополоскати рот розчином калій перманганату з масовою часткою за речовиною 2 %, молоко, яєчний білок, розчин крохмалю.

II. Перша допомога при опіках

2.1. Під час уроків фізики імовірними є термічні і хімічні опіки.

2.1.1. При термічних опіках першого ступеня уражене місце обробляють етиловим спиртом, після чого накладають суху стерильну пов'язку або чисту тканину і звертаються до дерматолога. Ні в якому разі не можна проколювати пухир, змочувати місця опіків водою, припікати їх розчином калій перманганату, бриліантової зелені, розчином йоду, застосовувати "народні засоби", різні олії, вазелин, бо вони тільки підсилюють опіки, сповільнюють загоєння ран. При важких опіках необхідно негайно відправити потерпілого до лікувального закладу.

2.1.2. У разі хімічних опіків уражену ділянку шкіри треба промити великою кількістю прохолодної води протягом 15 - 20 хв, забороняється обробляти обпечені місця ватним тампоном; потім промивають розчином питної соди з масовою часткою натрій гідрокарбонату 2% (при попаданні кислоти) або розчином оцтової або лимонної кислоти з масовими частками за речовинами 1-2% (при попаданні лугу), ополоскують водою і накладають марлеву пов'язку з риванолом або фурациліном.

2.1.3. При опіках під час роботи з металічним натрієм, а також фосфором необхідно ватним тампоном зняти з поверхні шкіри ці речовини, а потім промити великою кількістю води.

III. Перша допомога при опіках очей

3.1. При потраплянні в око будь-якої хімічної рідини необхідно ретельно промити його великою кількістю води.

3.2. При потраплянні в око кислоти найкраще відразу промити його чистою проточною водою, а потім накласти ватний тампон, змочений розчином натрій гідрокарбонату з масовою часткою 3%.

3.3. Промивати очі при потраплянні лугу слід водою, а після цього розчином боратної кислоти з масовою часткою 2% (1 чайна ложка боратної кислоти на склянку води). Після останнього ополоскування очей чистою водою під повіки вводять 2-3 краплі альбуніду з масовою часткою розчиненої речовини 30 %.

3.4. Промивати очі після опіку необхідно ретельно протягом 20-30 хв., а потім обов'язково звернутися до лікаря.

IV. Перша допомога при пораненнях

4.1. Той, хто надає допомогу при пораненні, повинен з милом помити руки, а якщо це неможливо - змастити пальці йодною настоянкою. Доторкуватися до рани навіть вимитими руками не дозволяється. Не дозволяється обмивати рану водою.

4.2. При незначних порізах рану обробляють йодною настоянкою і накладають марлеву пов'язку, яка захищає організм від мікробів і сприяє швидкому зсіданню крові.

4.3. При пораненні склом або іншим предметом рану промивають великою кількістю дистильованої води або тампоном, змоченим етиловим спиртом; виймають осколки скла і знову промивають рану спиртом. Якщо рана забруднена, бруд видаляється тільки навкруги, але ні в якому разі не з глибинних шарів рани. Шкіру навколо рани обробляють йодною настоянкою або розчином бриліантової зелені, перев'язують і звертаються до медпункту.

4.4. При серйозному порізї й сильній кровотечї необхідно накласти джгут вище рани, накрити рану стерильною марлею і негайно викликати лікаря.

V. Перша допомога при нещасному випадку

5.1. Більш за все при нещасних випадках бувають поранення, розтягнення, забої, ураження електрострумом, переломи, теплові удари, обмороження, опіки, утоплення.

Заходи першої допомоги: тимчасова зупинка кровотечі, перев'язування ран або опіків, накладання шин на місце перелому кісток, штучне дихання.

5.2. **Забої та розтягнення** часто трапляються на голіностопних суглобах, в результаті чого вони напухають, а іноді виступає синець. На хворе місце кладуть холодний компрес або кригу. Суглоб забинтовують, щоб не було рухомості.

5.3. **При ураженні електрострумом** потерпілого звільняють від подальшого контакту із струмопровідною частиною електрообладнання шляхом відключення установки. Якщо поблизу відсутній струмовимикаючий пристрій, необхідно відтягнути потерпілого, взявшись за кінці одягу рукою в гумовій рукавиці або ставши на сухі дошки, відкинути довгою палицею провід, який упав на нього. Якщо потерпілий знаходиться на висоті, необхідно попередити його падіння після звільнення від струму. Можна провід перерубати сокирою. Якщо в потерпілого розладилось серцебиття, дихання необхідно негайно приступити до штучного дихання та непрямого масажу серця до прибуття лікаря.

Штучне дихання виконують трьома способами.

Перший спосіб: потерпілого кладуть на спину. Під спину кладуть туго згорнуту одягу (або інше), а під голову м'яку підстилку. Через марлю пальцями витягують язик потерпілого і тримають в такому положенні. Потім той, хто надає допомогу стає в головах потерпілого на коліна, бере потерпілого за руки нижче ліктів і на рахунок «раз-два» закидає їх за голову, на рахунок «три - чотири» притискує руки до боків, натискуючи при цьому на грудну клітку.

Другий спосіб: Його застосовують тоді, коли в потерпілого пошкоджені кістки рук.

Потерпілого кладуть на живіт, а руки витягують уздовж тіла вперед. Той, хто надає допомогу, стає на коліна так, щоб ноги потерпілого знаходилися між його ніг, а руки - на рівні грудної клітки потерпілого, на рахунок «раз-два» натискує на грудну клітку потерпілого, на рахунок «три-чотири» перестає натискувати.

При першому і другому способах вказані вище рухи необхідно повторювати 16-18 раз за хвилину.

Третій спосіб: «рот в рот», «рот в ніс». Цей спосіб самий ефективний. Потерпілого кладуть на спину. Під плечі йому кладуть тугий згорток (або щось подібне інше) з одягу і закидають голову. Потім на палець намотаною марлею очищають порожнину рота, кладуть марлю або носову хусточку на рот (ніс) і примусово вдувають повітря в легені потерпілого.

Непрямий масаж серця. Потерпілого кладуть на спину, обов'язково на щось тверде. Потім кладуть дві руки на грудку клітку навпроти серця і сильно (різкими рухами) натискують. При цьому використовують не тільки силу своїх рук, а й вагу свого тіла. Штучне дихання і масаж серця роблять по черзі: 4-5 натиснень на серце, 1-2 штучного дихання і так далі. Які б ознаки не подавав потерпілий, штучне дихання і масаж серця потрібно робити до прибуття лікаря.

При переломах рану обробляють так, щоб уражена частина тіла була нерухомою. На місці перелому прикріплюють шини (відповідної довжини). При відкритому переломі обробляють рану. Накладають пов'язку. Шину прикріплюють туго, але не занадто, щоб зберегти кровообіг.

При обмороженні ушкоджену частину тіла розтирають (обережно) сухою вовняною або суконною тканиною, щоб забезпечити нормальний кровообіг і нагріти її до нормальної температури тіла, застосовуючи для цього воду кімнатної температури. Не можна відігрівати заморожені місця тіла в гарячій воді.

При опіках опечене місце тіла покривають чистою марлею, або простирадлом. Не слід проколівати пухирі, відривати приліплені шматки одягу.

При отруєнні отруйними газами потерпілого необхідно вивести (винести) на свіже

повітря, забезпечити спокій, виключити можливості охолодження. У випадку важкого отруєння йому дають вдихати кисень, роблять штучне дихання.

Розроблено:

Вчитель фізики

(підпис) (прізвище, ініціали)

Погоджено:

ЗДНВР

(підпис) (прізвище, ініціали)