ПРИНЯТО УТВЕРЖДАЮ

Тренерским советом Директор МАУДО «ДЮСШ»

Протокол № 1 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н.В.Румянцева

от 04 сентября 2015 г. «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_2015 г.

**ИНСТРУКЦИЯ № ТБу - № 09**

**по оказанию первой помощи пострадавшему**

Первая помощь при различных травмах оказывается с использованием  перевязочных материалов и лекарственных препаратов, которые находятся в аптечке первой помощи. Аптечки первой помощи находятся:

-на вахте;

-в спортивном зале;

-в тренажерном зале;

-на базах.

**1. В случае поражения электрическим током необходимо:**

отключить электроэнергию с помощью рубильника или другого выключателя;

отбросить сухой палкой или доской оборвавшийся конец провода от пострадавшего;

при невозможности выполнить вышеперечисленные пункты необходимо оттянуть пострадавшего от токоведущей части, взявшись за его одежду, если она сухая и отстает от тела. При этом располагаться надо так, чтобы самому не оказаться под напряжением.

1.2. Вызвать скорую медицинскую помощь.

1.3. Оказать первую медицинскую помощь:

уложить пострадавшего на подстилку;

распустить пояс, расстегнуть одежду, создать приток свежего воздуха;

дать нюхать нашатырный спирт;

обрызгать лицо и шею холодной водой;

растереть грудь и конечности спиртом;

при необходимости сделать искусственное дыхание и массаж сердца.

**2. При отравлении угарным газом необходимо:**

вынести пострадавшего на свежий воздух;

поднести к носу ватку, смоченную нашатырным спиртом;

при необходимости применить искусственное дыхание;

после восстановления дыхания дать валериановых капель.

**3. При порезах необходимо:**

при порезах стеклом: тщательно осмотреть рану, очистить ее;

промыть рану дезинфицирующим раствором (например, фурацилином);

обработать рану йодом;

наложить повязку;

при сильном кровотечении перевязать жгутом выше места пореза, на рану наложить давящую повязку.

**4. При ушибах:**

положить на место ушиба холодный компресс;

забинтовать ушибленное место.

**5. При термическом ожоге:**

смочить обожженное место спиртом или раствором соды;

наложить марлю, смоченную в растворе марганцовокислого калия;

забинтовать.

**6. При ожоге едкими щелочами:**

обильно смочить обожженное место нейтрализующим раствором соляной или лимонной кислоты;

смазать борным вазелином;

наложить марлю или вату;

забинтовать.

**7. При ожоге кислотами:**

обильно смочить обожженное место раствором соды;

наложить повязку, смоченную известковой эмульсией;

покрыть ватой;

забинтовать.

**Содержание аптечки и назначение лекарственных препаратов:**

**1.Раствор аммиака (нашатырный спирт)** .Используется при обморочном состоянии. Смоченную раствором вату дают нюхать пострадавшему на расстоянии 2-3 см от носа. Попадание на слизистые оболочки недопустимо.

Перевязочный материал и лекарственные препараты следует периодически заменять и пополнять. Их количество должно соответствовать числу обучающихся в классе.

**2.Раствор йода (спиртовой 3-5%).**Противомикробное средство для обработки ран.

**3.Перекись водорода (3% раствор**).При обработке ран и ожогов льют на поврежденное место. При носовых кровотечениях смоченный ватный шарик плотно вводят в кровоточащую ноздрю.

**4.Бинт марлевый (стерильный (10 см х 5 м).**Для перевязок.

**5.Раствор бриллиантового зеленого 1 %.** Противомикробное средство для обработки ран.

**6.Вата гигроскопичная 50 г**. Для перевязок.

**7.Салфетки марлевые стерильные медицинские** .Для перевязок.

**8.Лейкопластырь бактерицидный ( 6 см х 10 см).** Накладывают на обработанную поверхность раны.

**9.Ватные палочки**. Для нанесения противомикробного средства.

**10.Ножницы** .Для отрезания необходимой длины бинта.

**11.Жгут кровоостанавливающий упругий резиновый.** Для остановки кровотечения. Накладывается выше раны. Под жгут подложить ткань и записку с указанием времени наложения жгута.

Инструкцию разработал инструктор-методист \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(Софина О.Ю.)