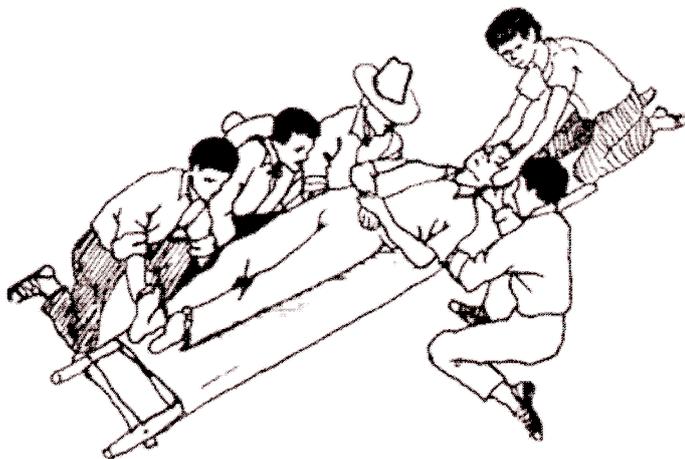


Приложение А: Безопасность и чрезвычайные ситуации



Работая или подвергаясь опасным веществам на рабочем месте, обществе или дома, важно соблюдать безопасность настолько, насколько возможно, и быть подготовленным к несчастным случаям. В этом разделе есть информация относительно следующих тем:

- составить план безопасности в случае чрезвычайных ситуаций
- аптечка
- защитная одежда и оборудование
- защитные маски
- разлитые химические вещества
- лечение повреждений, вызванных химикатами
- лечение ожогов
- шок
- искусственное дыхание (дыхание рот в рот)

Материал, предоставленный здесь, поможет Вам подготовиться к чрезвычайным ситуациям, но это не полное руководство скорой помощи. Чтобы быть лучше подготовленным, пройдите обучение приемам скорой помощи и по лечению химических несчастных случаев, приобретите руководство по скорой помощи и поймите его содержание, и попросите своих работников службы здравоохранения, чтобы они помогли в развитии плана безопасности.

Составьте план безопасности в чрезвычайных ситуациях

Знать, что делать в случае чрезвычайной ситуации или несчастного случая столь же важно, как и наличие защитного оборудования и аптечки. Каждому коллективу и у каждого рабочего места следует составить план безопасности в случае ядовитого выброса, огня, наводнения, шторма или другой чрезвычайной ситуации.

Развесьте адрес и телефонный номер самой близкой медицинской клиники или больницы в центральных местах. Удостоверьтесь, что все знают, где расположены аптечки и другие аварийные источники питания, и как их использовать. План безопасности может также включать:

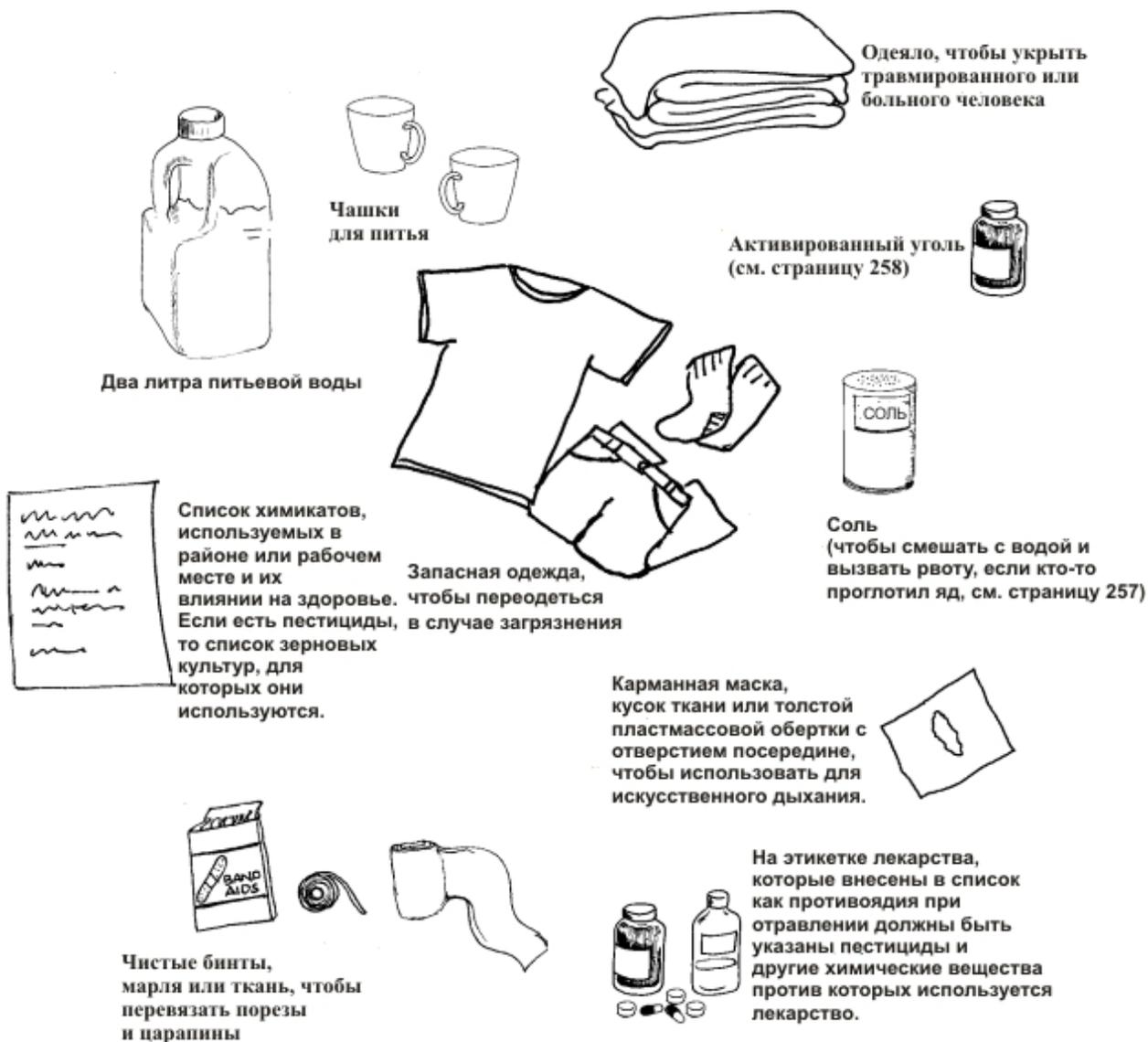
- план транспортировки раненных и больных людей клинику или больницу, и транспортное средство, которое может использоваться в чрезвычайной ситуации.
- центральное место для собраний, например, помещение для проведения культурных и общественных мероприятий, школа, или церковь.
- аварийный источник питания чистой питьевой воды.
- телефон или радио, чтобы позвать на помощь и оповестить чиновников и СМИ.
- список пожилых людей, инвалидов или других людей в обществе, которые, возможно, нуждаются в помощи в случае эвакуации.

Различные виды чрезвычайных ситуаций требуют различной реакции. Понимание наиболее вероятных угроз Вашему обществу и обучение готовности к ним является важной частью любого плана безопасности.

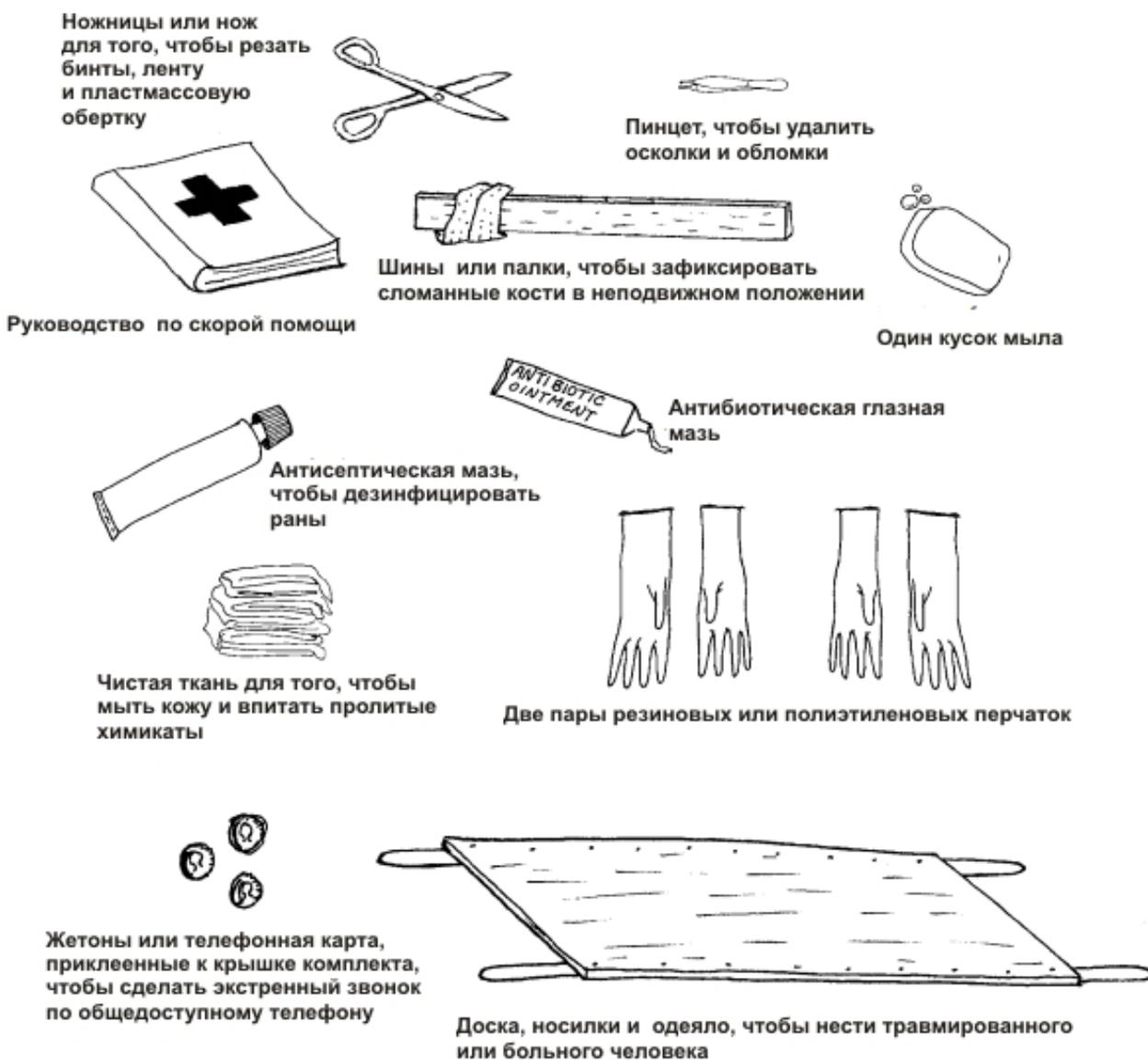
Аптечка

У каждого рабочего места, медпункта и помещения для проведения культурных и общественных мероприятий должна быть аптечка, чтобы обеспечить лечение в чрезвычайных ситуациях. Сделайте аптечку из контейнера с плотной крышкой, чтобы в комплект не попала вода, пыль или химикаты. Удостоверьтесь, что все в коллективе, включая новых рабочих, знают, где хранится комплект и как его использовать.

Что положить в аптечку



Разные коллективы и рабочие места требуют различных видов оказания скорой помощи. Предположите виды чрезвычайных ситуаций, которые могут случиться в Вашем районе и запланируйте Вашу аптечку разумно. Если Вы работаете с пестицидами или другими химикатами, прочитайте этикетки на их контейнерах, чтобы знать, какие лекарства рекомендуются при отравлениях.



Защитная одежда и снаряжение

Каждый человек, работая с вредными материалами должен носить защитную одежду (личное защитное снаряжение). Предоставить защитное обмундирование рабочим - это обязанность работодателей. Рабочие должны требовать, чтобы работодатели уважали их права на здоровье и безопасность, обеспечивая защитным обмундированием и поддерживая его в хорошем состоянии.

Чтобы защитить людей, защитная одежда должна соответствовать и хорошо содержаться. Говорят, что в бедных странах есть 3 вида защитного снаряжения: слишком большое, слишком маленькое и порванное. Если у Вас нет защитной одежды и снаряжения, Вы можете защитить себя, надев дождевик или сделать защитную одежду из полиэтиленовых пакетов. Вырежьте отверстия для Вашей головы, рук, ног и возьмите другие пакеты, чтобы обернуть ими кисти и стопы. Этот рисунок показывает, что все виды защитного снаряжения должны защитить против большинства вредных материалов. Не все рабочие места или материалы требуют все это обмундирование, и некоторые виды работы требуют специализированной одежды и снаряжения.



Сельскохозяйственные рабочие, подверженные действию пестицидов, должны носить:



Если нет респиратора или маски для лица, люди часто используют косынку или шарф. Но пестициды будут прикрепляться к влажному или потному шарфу и косынке. Это делает их использование более опасным, чем не иметь никакой защиты вообще.

Если Вы используете шарф или косынку, полощите и сушите их чаще, и знайте, что это не окажет большей защиты.

Нефтедобытчики и шахтеры лучше защищены, когда они одевают:



Люди, собирающие отходы и медицинские работники в больницах, клиниках и других службах здравоохранения, должны носить:



Защитная одежда и снаряжение действуют, только если они чистые. После каждого использования, или в конце каждого действия, мойте перчатки, маски, очки и другую одежду и снаряжение, чтобы защитить следующего человека от использования грязной одежды.

Защитные маски

Лучшие способы предотвратить вред от вдыхаемых ядовитых химикатов и пыли состоят в том, чтобы иметь хорошую вентиляцию, работая с ними, и носить защитную маску от химикатов, с которыми Вы работаете. Если Вы чувствуете себя больными от химиката, нося маску, это знак, что маска не работает должным образом, или что Вы подвергаетесь воздействию этого или какого-то другого ядовитого химиката другим путем.

Свободная ткань или бумажная маска. Эта маска поможет не пропустить немного пыли. Но она **не** мешает Вам вдохнуть химические пары. Пары проходят через бумагу и ткань и проходят через неплотно прилегающие края широкой маски.



Обтягивающая бумажная маска. Эта маска защитит от пыли. Маска должна полностью касаться Вашего лица. Она **не** защитит Вас от вдыхания химических паров. Эти маски быстро засоряются и стираются и должны быть заменены, когда плотно не касаются лица.

Пластиковая маска от пыли. Эта маска защитит от пыли лучше, чем свободная ткань или плотная бумажная маска. Маска должна полностью касаться Вашего лица. Она **не** защитит Вас от химических паров.

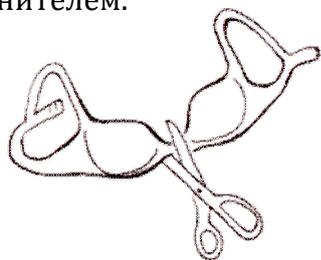


Резиновый респиратор. Эта резиновая маска с фильтрами **МОЖЕТ** препятствовать входу химических паров. Она должна тесно прилегать к Вашему лицу, чтобы не было воздушных зазоров между кожей и маской. Возможно, Вам нужны будут разные фильтры для каждого химиката, и Вы должны часто менять фильтр. Вам понадобится специальное обучение по сборке, использованию и чистке этой маски. Эта маска жаркая и её неудобно носить. Работая с химикатами, делайте частые перерывы на открытой, хорошо проветриваемой зоне, где Вы можете безопасно снять маску.

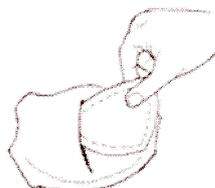
Как сделать ткань и маску из активированного древесного угля

Эта самодельная маска была разработана доктором Марамба из Филиппин. Она защищает от химикатов и пыли.

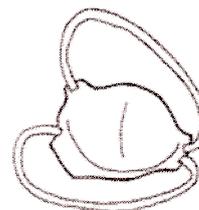
1. Отрежьте одну чашечку от лифчика 2. Удалите наполнитель из лифчика с наполнителем.



3. Вырежьте немного фильтровальной бумаги, чтобы сделать мешочек для новой подкладки, которая будет внутри лифчика. Заполните подкладку фильтровальной бумаги 100 граммами активированного угля, удостоверьтесь, что слой угля заполняет весь фильтр равномерно, а не у основания. Запечатайте бумагу, так, чтобы она не рассыпалась, и поместите его в лифчик, где был наполнитель лифчика.



4. Прикрепите к чашке лифчика упругие полоски, чтобы они тесно держали её у Вашего лица.



Фильтр должен проветриваться между использованиями. Если он используется при распылении самых ядовитых химикатов, то маска хороша только для двух использований в течении 4 часов каждое. Древесный уголь нужно менять в течение недели, в зависимости от типа химического воздействия и как продолжительности её ношения.

Пролитая химическая жидкость

Прежде чем очистить пролитую химическую жидкость, защитите себя, людей поблизости и водные источники. Если есть люди, которые более подготовлены, чем Вы, чтобы очистить жидкость (люди, которые обучались этой работе), позовите их на помощь. **Всегда носите защитную одежду, чтобы очищать химикаты!**

Малое количество пролитой химической жидкости

Если пролито малое количество химикатов, то важно контролировать, собрать и очистить жидкость прежде, чем кто-то будет травмирован, и прежде, чем химикаты попадут в водные потоки или впитаются в землю.



Контролируйте пролитие

Самая важная вещь - препятствовать увеличению количества пролития. Закройте любое протекающее оборудование, поднимите упавший контейнер поврежденной стороной вверх, или поместите протекающий контейнер в не поврежденный.



Засыпьте пролитие

С помощью почвы, песка, опилок, глины или других материалов Вы можете впитать пролитую жидкость. Если материал может разбрызгаться, накройте его тканью или пластмассовым листом.

Очистите пролитие

Поместите материал в бочки или толстые пластмассовые контейнеры. Не используйте воду, потому что она распространит химикаты и сделает хуже. Избавьтесь безопасно от материала (см. страницы 410 - 411).



Большое количество пролитой химической жидкости

В районах бурения нефтяных скважин, участках работы и промышленных областях, где используется или транспортируется большое количество химикатов, важно быть подготовленным к большому химическому загрязнению.

- Составьте чрезвычайный план с рабочими, работодателями и людьми, живущими поблизости. Проводите регулярные встречи, чтобы удостовериться, что все ознакомлены с планом.
- Объявите имена и номера телефонов людей, с которыми можно будет связаться в случае пролития. Включите в список номера работодателей, клиник и больниц, спасателей, членов правительства, работников службы здравоохранения и людей, знающих как очищать загрязнения.
- Храните инструкции, материалы и защитное снаряжение для того, чтобы очистить загрязненный участок.
- Запланируйте и отметьте запасной выход из района поражения.
- Обеспечьте поставку чистой воды, чтобы использовать её в случае, если нефть или другие химикаты загрязнят водоснабжение.

Лечение вреда, вызванного химикатами

Химикаты можно разлить на кожу и одежду, брызнуть в глаза, проглотить или вдохнуть. Если кто-то травмирован, ему нужно получить медицинскую помощь как можно скорее.

Вдыхание химикатов

- Перенесите человека подальше от места, где он вдохнул яд, особенно если это закрытое помещение. Если химикат разлили в закрытом помещении, откройте окна и двери.
- Перенесите человека на свежий воздух.
- Ослабьте одежду человека.
- Посадите или положите человека с поднятой головой и плечами
- Если человек без сознания, положите его на бок и удостоверьтесь, что ничего не мешает его дыханию.
- Если человек не дышит, сделайте дыхание рот в рот (см. страницу 557).
- Если есть признаки проблем со здоровьем, такие как головные боли, раздражение носа или горла, головокружение, сонливость или стеснение в груди, немедленно ищите медицинскую помощь. Возьмите этикетку от химиката или запомните название.

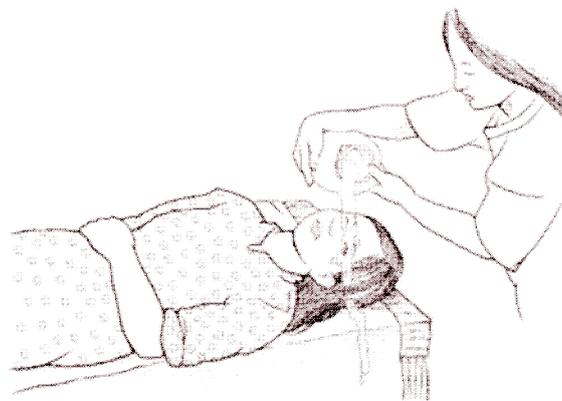


Проглатывание химикатов:

- Если человек без сознания, положите его на бок и убедитесь, что он дышит.
- Если человек не дышит, быстро сделайте дыхание рот в рот (см. страницу 557). Дыхание рот в рот может подвергнуть Вас воздействию химиката, поэтому прежде, чем делать искусственное дыхание закройте свой рот карманной маской, куском ткани или толстой пластиковой оберткой с отверстием по середине.
- Если человек может пить, дайте ему большое количество чистой воды.
- Найдите упаковку от химиката и прочтите сразу же этикетку. На этикетке будет указано должны ли Вы вызвать рвоту или нет (см. страницу 257).

Когда химикаты проливают на тело или одежду

- Если это безопасно, сначала перенесите травмированного человека от пролитого химиката.
- Снимите любую одежду, ботинки или драгоценности, на которые был пролит химикат. Будьте осторожны, снимая рубашки или свитеры, чтобы предотвратить попадание химикатов в глаза. Может, будет лучше разрезать одежду.
- Промойте поврежденную область прохладной водой в течение 15 минут.
- Если химикаты попали в глаза, поласкайте чистой водой в течение 15 минут. Раздвиньте веки и двигайте глазное яблоко по кругу, таким образом, чтобы промыть весь глаз.
- Если человек прекращает дышать, используйте дыхание рот в рот.
- Используйте тряпку, чтобы впитать химикаты, будьте осторожны, не распылите химикаты вокруг.
- Если тело обожжено химикатами, лечите их как обычные ожоги (см. страницу 555).



Лечение ожогов

Для любого ожога:

- Остановите жжение, сразу поместив обожженную часть в прохладную воду.
- Продолжите охлаждать ожог в течение 20 минут.
- Уменьшите боль аспирином или другой обезболивающий препарат
- Предотвратите шок (см. страницу 556).



Для незначительных ожогов не нужно другого лечения.

Для химических ожогов, радиационных ожогов, электрических ожогов и ожогов, которые вызывали пузыри (ожоги 2-ой степени):

- ничего **НЕ** удаляйте с поверхности ожога.
- **НЕ** используйте лосьоны, жир или масло.
- **НЕ** прокалывайте пузыри.
- **НЕ** удаляйте отделенную кожу.
- ничего **НЕ** кладите на химический ожог.
- немедленно смойте химикаты с ожога чистой водой.
- накройте сожженную область влажными **стерильными перевязками** (такими как чистый марлевый бинт).
- Если пузыри лопнули, промойте ожог прохладной, чистой водой и мягким мылом. Оставьте ожог открытым, если Вы находитесь в очень чистом месте, где нет никаких насекомых, пыли или химических паров.
- избавьтесь от одежды, которая может быть загрязнена химикатами, или постирайте эту одежду отдельно от другой.
- используйте мед, чтобы покрыть незначительный ожог. Мед может предотвратить и контролировать инфицирование и скорость заживления. Осторожно отмойте старый мед и наносите новый, по крайней мере, два раза в день.

Затем доставьте человека к работнику службы здравоохранения или в больницу как можно скорее.

Отвезите человека в больницу, если Вы думаете, что обожжены дыхательные пути. Признаки ожога дыхательных путей:

- жжение вокруг рта, носа или во рту.
- спутанное сознание, бессознательное состояние или кашель от большого количества дыма.

Также, отвезите человека в больницу, если есть серьезные ожоги на лице, глазах, руках, ногах или гениталиях.

Любой человек, который сильно обожжен, может легко войти в шок (см. следующую страницу) из-за общей боли, страха и потери жидкости из тела из-за медленно сочащегося ожога. Успокойте человека, уменьшите боль, устраните шок и давайте много жидкости.

Шок

Шок - опасное для жизни состояние, которое может быть результатом большого ожога, потери большого количества крови, серьезной болезни, обезвоживания, серьезной аллергической реакции, острого отравления или другой чрезвычайной ситуации.

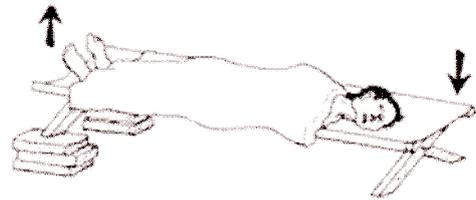
Признаки шока

- Спутанность сознания, слабость, головокружение или потеря сознания
- Слабый, быстрый пульс
- Холодный пот: бледная, холодная, влажная кожа
- Артериальное давление понижается

Как предотвратить или устранить шок

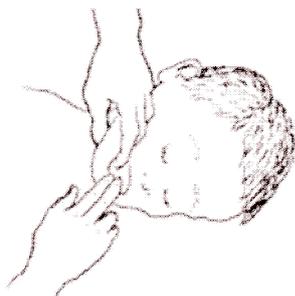
При первом признаке шока или если есть риск шока:

- Положите человека так, чтобы ноги были выше головы, как показано на рисунке.
- Остановите кровотечение и обработайте раны.
- Если человек чувствует холод, накройте его одеялом.
- Если человек в состоянии пить, дайте воды. Если он обезвожен, дайте больше жидкости, и напиток для регидратации (см. страницу 53).
- Если человек чувствует боль, дайте аспирин
- или другое обезболивающее, не содержащее успокоительное средство, как кодеин.
- Будьте спокойны и успокойте человека.
- Если человек без сознания:
- Положите его на бок опущенной головой, наклоненной назад и в сторону (см. выше). Если он задыхается, пальцами вытащите его язык.
- Если он вырвал, сразу же очистите его рот.
- Ничего не давайте через рот, пока он не придет в сознание.
- **Вызовите медицинскую помощь.**

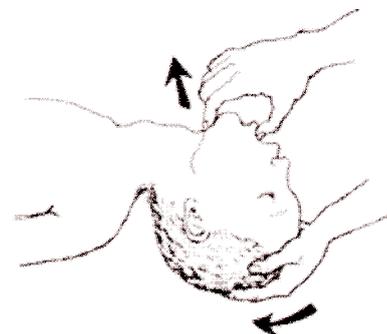


Искусственное дыхание (Дыхание рот в рот)

Человек может умереть в течение 4 минут, если не дышит. Если человек прекращает дышать по какой-нибудь причине, сразу же начните дыхание рот в рот! Если человек проглотил химикаты, дыхание рот в рот может подвергнуть Вас воздействию химиката, поэтому прежде чем делать искусственное дыхание закройте свой рот карманной маской, куском ткани или толстой пластиковой оберткой с отверстием по середине.



Шаг 1: Быстро пальцем выньте содержимое рта и горла. Потяните язык вперед. Если есть слизь в горле, быстро попытайтесь убрать её.



Шаг 2: Быстро, но осторожно положите человека лицом вверх. Осторожно наклоните его голову назад и потяните его челюсть вперед.



Шаг 3: Зажмите его ноздри пальцами, откройте его рот, обхватите его рот вашим, вдохните воздух в легкие так, чтобы его грудь приподнялась. Сделайте паузу, чтобы позволить воздуху выйти и дуйте снова. Повторите каждые 5 секунд. С младенцами и маленькими детьми, обхватите и нос и рот Вашим ртом, и дышите очень мягко каждые 3 секунды. Продолжите спасение, дыша, пока человек не может дышать сам, или пока нет сомнения, что он мертв. Иногда Вы должны продолжать пробовать в течение часа или больше.

Заметка: Если нет открытой раны или кровоточащей язвы во рту, невозможно передать или получить ВИЧ инфекцию при дыхании рот в рот.