УТВЕРЖДАЮ
первый вице-президент ОАО «РЖД»

В.Н. Морозов

«24» 12. 2007 г. № ВМ-14472

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда для регулировщика скорости движения вагонов железнодорожной станции открытого акционерного общества "Российские железные дороги"

1. Общие требования охраны труда

1.1. Настоящая Инструкция разработана на основе Правил по охране труда в хозяйстве перевозок федерального железнодорожного транспорта, утвержденных МПС России 20 сентября 2001 г. № ПОТ РО-32-ЦД-855-01, и устанавливает основные требования охраны труда для регулировщика скорости движения вагонов при производстве маневровой работы на железнодорожных станциях открытого акционерного общества "Российские железные дороги".

На основе настоящей Инструкции, на железнодорожной станции разрабатывается и утверждается Инструкция по охране труда для регулировщика скорости движения вагонов с учетом местных условий и специфики деятельности.

1.2. К производству маневровой работы на железнодорожных станциях допускаются лица мужского пола, достигшие возраста восемнадцати лет, прошедшие обязательный при поступлении на работу предварительный медицинский осмотр (обследование) и психиатрическое освидетельствование, вводный и первичный инструктажи по охране труда, обучение по охране труда, стажировку на рабочем месте и первичную проверку знаний требований охраны труда.

В процессе трудовой деятельности регулировщик скорости движения вагонов должен проходить в установленном порядке периодические медицинские осмотры (обследования), повторные, внеплановые и целевые инструктажи по охране труда, проверку знаний требований охраны труда.

1.3. Регулировщику скорости движения вагонов необходимо соблюдать правила внутреннего трудового распорядка железнодорожной станции, регламентирующие порядок приема и увольнения работников, основные права, обязанности и ответственность сторон трудового договора, режим

gost.e-ecolog.ru

работы, время отдыха, применяемые к работникам меры поощрения и взыскания, а также иные вопросы регулирования трудовых отношений на железнодорожной станции.

Для предотвращения охлаждения и обморожения при работе на открытом воздухе в холодный период года при низких температурах предусматриваются перерывы для обогрева. Продолжительность и порядок предоставления таких перерывов устанавливаются правилами внутреннего трудового распорядка.

Микроклиматические параметры, при которых наружные работы следует прекратить, устанавливают местные органы власти.

1.4. Регулировщик скорости движения вагонов должен знать:

действие на человека опасных и вредных производственных факторов и меры по защите от их воздействия;

вредное воздействие нефтепродуктов и основных химических грузов на организм человека, а также признаки отравления;

требования электробезопасности, пожарной безопасности и производственной санитарии;

правила применения и использования противопожарного оборудования и инвентаря;

видимые и звуковые сигналы, обеспечивающие безопасность движения, знаки безопасности, порядок ограждения подвижного состава, опасных мест;

правила оказания первой помощи пострадавшим;

места хранения аптечки первой помощи или сумки с необходимыми медикаментами и перевязочными материалами;

правила нахождения на железнодорожных путях;

безопасные способы выполнения маневровой работы;

требования настоящей Инструкции.

1.5. Регулировщик скорости движения вагонов должен:

выполнять только входящую в его обязанности или порученную дежурным по сортировочной горке работу;

применять безопасные приемы выполнения работ и технологические операции, которые предусмотрены технологическим процессом и должностными обязанностями;

выполнять требования запрещающих, предупреждающих, указательных и предписывающих знаков, надписей и сигналов;

содержать в исправном состоянии и чистоте радиостанцию, приспособления и средства индивидуальной защиты;

соблюдать требования пожарной безопасности, обладать практическими навыками использования противопожарного оборудования и инвентаря;

проходить по территории железнодорожной станции по установленным маршрутам, пешеходным дорожкам, тоннелям, проходам и переходам;

быть предельно внимательным в местах движения вагонов и транспорта;

соблюдать правила внутреннего трудового распорядка и установленный режим труда и отдыха;

уметь оказывать первую помощь пострадавшему;

знать и соблюдать требования настоящей Инструкции.

1.6. В процессе работы на регулировщика скорости движения вагонов могут воздействовать следующие опасные и вредные производственные факторы:

движущийся подвижной состав, транспортные средства, механизмы;

повышенный уровень шума;

повышенный уровень вибрации;

повышенная запыленность и загазованность воздуха рабочей зоны;

повышенная или пониженная температура воздуха рабочей зоны;

повышенная влажность и подвижность воздуха;

повышенная напряженность электрического поля;

повышенный уровень статического электричества;

недостаточная освещенность рабочей зоны в темное время суток;

физические перегрузки;

нервно-психические перегрузки при выполнении работ на железнодорожных путях во время движения поездов.

1.7. Регулировщик скорости движения вагонов обеспечивается следующей специальной одеждой и обувью:

костюм «Движенец-Л» или костюм хлопчатобумажный;

комплект мужской для защиты от воды;

ботинки юфтевые на маслобензостойкой подошве;

рукавицы комбинированные;

жилет сигнальный со световозвращающими накладками;

головной убор летний;

зимой дополнительно:

теплозащитный костюм «Движенец»;

полушубок;

сапоги утепленные на нефтеморозостойкой подошве;

валенки;

галоши на валенки;

шапка-ушанка со звукопроводными вставками;

рукавицы ватные.

1.8. Личную одежду и специальную одежду и обувь следует хранить отдельно в шкафчиках гардеробной.

Регулировщик скорости движения вагонов должен следить за исправностью специальной одежды и обуви, своевременно сдавать ее в стирку, химчистку и ремонт, а также содержать шкафчики гардеробной в чистоте и порядке.

Специальная одежда и обувь, выдаваемая регулировщику скорости движения вагонов, является собственностью ОАО «РЖД» и подлежит обязательному возврату по месту выдачи после окончания срока носки, а также при увольнении или при переводе на другую работу, для которой

выданные средства индивидуальной защиты нормативными документами не предусмотрены.

1.9. Регулировщик скорости движения вагонов должен соблюдать следующие требования пожарной безопасности:

курить только в специально отведенных для этой цели местах, имеющих надпись "Место для курения", обеспеченных средствами пожаротушения и оснащенных урнами или ящиками с песком;

не использовать поврежденные розетки, рубильники и другое электрооборудование;

не эксплуатировать электропровода и кабели с поврежденной или потерявшей защитные свойства изоляцией;

не пользоваться электроплитками, электрочайниками и другими электронагревательными приборами, не имеющими устройств тепловой защиты, без подставок из негорючих материалов;

не применять нестандартные (самодельные) электронагревательные приборы;

не оставлять без присмотра включенные в сеть электронагревательные приборы;

не применять открытого огня, открытых нагревательных приборов;

не хранить взрывоопасные вещества, легковоспламеняющиеся и горючие жидкости.

1.10. Регулировщик скорости движения вагонов должен немедленно извещать дежурного по сортировочной горке, дежурного по станции или начальника станции о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, происшедшим на производстве, или об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления).

В случаях травмирования людей регулировщик скорости движения вагонов обязан сообщить об этом дежурному по сортировочной горке или дежурному по станции и оказать первую помощь пострадавшему.

1.11. Принимать пищу следует в столовых, буфетах или в специально отведенных для этого комнатах, имеющих соответствующее оборудование.

Перед едой необходимо тщательно мыть руки теплой водой с мылом.

Хранить и принимать пищу на рабочих местах не допускается.

Воду пить следует только кипяченую, хранящуюся в специальных закрытых бачках, защищенных от попадания пыли и других вредных веществ. Допускается использование некипяченой воды из хозяйственно - бытового водопровода при наличии разрешения центра государственного санитарно-эпидемиологического надзора по железнодорожному транспорту.

1.12. При нахождении на территории железнодорожной станции, в том числе и при проходе по служебному маршруту, регулировщик скорости движения вагонов должен постоянно следить за возможными препятствиями на пути следования и перемещениями подвижного состава.

Регулировщик скорости движения вагонов должен сам контролировать свои действия на путях и безопасно выполнять свою работу. При утомлении организма нарушается оперативная (сиюминутная) память и внимание, снижаются зрение, слух, координация движений, снижается активность человека, появляется сонливость. Поэтому после окончания работы следуя по маршруту служебного прохода, регулировщику скорости движения вагонов надо быть особенно осмотрительным и не допускать отвлечения внимания от наблюдения за движущимся подвижным составом.

Регулировщику скорости движения вагонов надо быть особо внимательным при нахождении на путях в темное время суток, при плохой видимости, при сильных снегопадах, метелях, туманах и при сильном шуме, создаваемом работающей техникой, проходящим подвижным составом, особенно зимой, когда головные уборы ухудшают слышимость сигналов и шума от подвижного состава. Необходимо повысить осмотрительность, внимание к звуковым сигналам, подаваемым локомотивами, электропоездами, автодрезинами или автомотрисами.

Если, проходя по междупутью, регулировщик скорости движения вагонов видит, что к нему приближаются четный и нечетный поезда, он должен сойти на обочину или перейти в другое междупутье, чтобы не оказаться между движущимися поездами. Если регулировщик скорости движения вагонов оказался между движущимися по соседним путям поездами, локомотивами, то нужно немедленно присесть или лечь на землю в междупутье.

Выходя из помещений или зданий, ухудшающих видимость железнодорожного пути, регулировщику скорости движения вагонов необходимо предварительно убедиться в отсутствии движущегося по нему подвижного состава.

После выхода из помещения в ночное время требуется выждать некоторое время (1-2 мин.), пока глаза не привыкнут к темноте. Необходимо осторожно проходить через расположенные в междупутье различные устройства: кабельные ящики, стойки, дроссель трансформаторы, предельные столбики, лотки, канавы и другие препятствия.

Если при проходе по территории железнодорожной станции обнаружен разлив или рассыпание опасных или вредных веществ из подвижного состава, то обойти их следует так, чтобы ветер не нес на вас пары или частицы этих веществ. К таким опасным и вредным веществам относятся: бензин, керосин, мазут, солярка, нефть, ацетон, технический спирт и другие легковоспламеняющиеся и горючие жидкости. Необходимо исключить курение.

Учитывая наличие опасных грузов в вагонах, распускаемых с сортировочной горки или при маневрах, курить следует только в разрешенных местах.

1.13. При нахождении на железнодорожных путях регулировщик скорости движения вагонов должен соблюдать следующие требования безопасности:

проходить к месту работы и обратно в пределах железнодорожной станции по установленным маршрутам служебного прохода;

при проходе вдоль железнодорожных путей на станции идти по широкому междупутью, по обочине земляного полотна или в стороне от железнодорожного пути не ближе 2,5 м от крайнего рельса, при этом необходимо внимательно следить за передвижениями подвижного состава на смежных путях, обращая внимание на предметы, выступающие за пределы габаритов погрузки подвижного состава и приближения строений;

выполнять требования знаков безопасности и предупреждающей окраски, нанесенной на сооружения и устройства, обращать внимание на устройства и предметы, находящиеся на пути следования (предельные столбики, желоба гибких тяг, водоотводные лотки и колодцы, устройства сигнализации, централизации и блокировки, связи и другие препятствия);

переходить железнодорожные пути только под прямым углом, не наступая на головку рельса, предварительно убедившись, что в этом месте нет движущегося на опасном расстоянии подвижного состава;

переходить железнодорожные пути, занятые вагонами, пользуясь только переходными площадками с исправными подножками и поручнями;

подниматься и сходить с переходной площадки, повернувшись лицом к вагону, предварительно осмотрев место схода и убедившись в отсутствии приближающегося подвижного состава по соседнему железнодорожному пути и препятствий в междупутье или обочине пути;

обходить группы вагонов или локомотивы, стоящие на железнодорожном пути, на расстоянии не менее 5 м от автосцепки;

проходить между расцепленными вагонами, если расстояние между автосцепками этих вагонов не менее 10 м;

следить за показаниями ограждающих светофоров, звуковых сигналов и предупреждающих знаков;

оказавшись на пути следования поезда, до его приближения отойти на обочину пути или на середину широкого междупутья на минимальное расстояние до крайнего рельса: при движении поездов со скоростями до 140 км/ч - 2 м; 141-160 км/ч – 4 м; 161-200 км/ч – 5м;

отойти в безопасное место при расстоянии до приближающего поезда не менее 400 м при скоростях движения до 140 км/ч и не позднее 5 минут до прохода поезда при скоростях 141-200 км/ч.

при приближении подвижного состава необходимо обращать внимание на открытые двери, борта вагонов, увязочную проволоку и другие предметы, выступающие за габарит подвижного состава.

1.14. При нахождении на железнодорожных путях регулировщику скорости движения вагонов запрещается:

переходить или перебегать железнодорожные пути перед движущимся подвижным составом или сразу же вслед за прошедшим составом, не убедившись, что по соседнему железнодорожному пути не движется встречный поезд;

подлезать под вагонами;

становиться или садиться на рельсы;

находиться на междупутье при безостановочном следовании поездов по смежным железнодорожным путям;

переходить железнодорожные пути в пределах стрелочных переводов;

при переходе железнодорожных путей наступать на головки рельсов и концы железобетонных шпал;

наступать на электрические провода и кабели;

находиться на территории железнодорожной станции в местах, отмеченных знаком "Осторожно! Негабаритное место", а также около этих мест при проследовании подвижного состава;

1.15. При нахождении на электрифицированных железнодорожных путях регулировщик скорости движения вагонов должен соблюдать следующие требования безопасности:

не приближаться к находящимся под напряжением и не огражденным проводам или частям контактной сети на расстояние менее 2 м;

не подниматься на крышу вагона, находящегося под контактным проводом;

не прикасаться к оборванным проводам контактной сети и находящимся на них посторонним предметам независимо от того, касаются они земли и заземленных конструкций или нет.

Регулировщик скорости движения вагонов, обнаруживший обрыв проводов или других элементов контактной сети, а также свисающие с них посторонние предметы, обязан немедленно сообщить об этом дежурному по сортировочной горке или дежурному по станции.

До прибытия ремонтной бригады опасное место следует оградить любыми подручными средствами и следить, чтобы никто не приближался к оборванным проводам на расстояние менее 8 м.

В случае попадания в зону "шаговых напряжений" необходимо ее покинуть, соблюдая следующие меры безопасности: соединить ступни ног вместе, и не торопясь, мелкими шагами, не превышающими длину стопы и не отрывая ног от земли.

1.16. Регулировщик скорости движения вагонов, виновный в нарушении требований охраны труда и настоящей Инструкции, привлекается к дисциплинарной ответственности в порядке установленном Трудовым кодексом Российской Федерации и иными федеральными законами.

2. Требования охраны труда перед началом работы

2.1. Рабочим местом регулировщика скорости движения вагонов является помещение для обогрева и район работы (маршруты служебного прохода, тормозная позиция на территории станции).

2.2. Регулировщик скорости движения вагонов должен надеть полагающуюся ему специальную одежду и обувь, сигнальный жилет со световозвращающими накладками и застегнуться на все пуговицы. Головной убор не должен ухудшать слышимость звуковых сигналов. В карманах не должно быть посторонних предметов с острыми концами.

Проверить работоспособность средств маневровой радиосвязи, наличие и исправность сигнальных принадлежностей, тормозных башмаков, специальной вилки для укладки тормозных башмаков, башмакосбрасывателей, наличие в ящиках сухого песка.

2.3. Ознакомиться с состоянием маршрутов служебного прохода, тормозных позиций и рабочих зон, которые должны быть очищены от мусора, посторонних предметов, деталей вагонов и материалов верхнего строения пути, а в зимнее время от снега и льда.

Получить информацию от руководителя смены о расположении подвижного состава на путях станции и ознакомиться с планом предстоящей работы.

2.4. Обо всех обнаруженных замечаниях и нарушениях сообщить дежурному по сортировочной горке, а в случае возникновения опасности для его жизни и здоровья не приступать к выполнению работы до устранения такой опасности.

3. Требования охраны труда во время работы

3.1. Регулировщик скорости движения вагонов при торможении вагонов выполняет следующие требования безопасности:

к началу роспуска должен находиться на обслуживаемых путях и внимательно слушать извещение по парковой связи о направлении отцепов;

работу выполнять в рукавицах;

тормозной башмак брать за рукоятку;

перед роспуском разложить тормозные башмаки на междупутье вдоль рельсовой колеи перед башмакосбрасывателем по одному в ряд;

укладывать тормозной башмак на рельс заблаговременно, находясь на безопасном расстоянии от приближающегося отцепа или вагона, после укладки башмака отойти в сторону от пути на расстояние не менее 1,5 м.;

подкладывать тормозные башмаки под движущиеся вагоны, вторые и последующие отцепы только специальной вилкой для укладки тормозных башмаков, при этом соблюдать осторожность;

выбитый из-под колеса вагона тормозной башмак поднимать только

после прохода отцепа;

уборку тормозных башмаков сброшенных с башмакосбрасывателей производить после прохода отцепа или в период между роспуском составов;

при изъятии заклиненных тормозных башмаков из-под вагона, пользоваться специальным крюком или ломом.

Регулировщику скорости движения вагонов запрещается устанавливать тормозной башмак рукой под движущиеся вагоны.

При торможении вагонов на путях запрещается устанавливать тормозные башмаки:

непосредственно перед рельсовым стыком и на рельсовом стыке;

перед крестовиной стрелочного перевода;

на рамный рельс стрелочного перевода, к которому прилегает остряк;

на наружный рельс кривой.

3.2. Закрепление вагонов на путях регулировщик скорости движения вагонов должен производить только после их полной остановки с использованием тормозных башмаков.

При закреплении стоящих вагонов тормозной башмак брать только за рукоятку. Работу производить в рукавицах.

Запрещается подкладывать под колесные пары посторонние предметы вместо тормозных башмаков для закрепления вагонов.

3.3. Запрещается эксплуатировать тормозные башмаки:

с лопнувшей головкой;

с покоробленной и изогнутой подошвой;

с лопнувшим, надломленным, расплющенным или изогнутым носком подошвы;

с ослабленным креплением головки с подошвой;

с изогнутой и надломленной рукояткой или без нее;

с поврежденными или значительно изношенными бортами подошвы;

обледенелый или замасленный полоз;

не имеющие клейма и номера.

3.4. В зимний период времени регулировщик скорости движения вагонов должен очищать рабочую зону от снега и льда, а также производить посыпку песком в перерывах между роспуском составов.

Тормозные башмаки, рельсы в месте укладки тормозных башмаков и башмакосбрасыватели необходимо очищать от снега, наледи и грязи.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. Действия при возникновении аварии или аварийной ситуации.

В процессе работы могут возникнкуть следующие аварийные ситуации: самопроизвольное движение вагонов по путям, загорание, утечка, просыпание опасного вещества, повреждение тары или подвижного состава с опасным грузом и другие происшествия, которые могут привести к аварии, взрыву,

пожару, отравлению, ожогам, травмированию людей, а также случаи, когда в зоне схода подвижного состава, аварии, крушении или пожара оказались вагоны, контейнеры или грузовые места с опасным грузом.

В случае обнаружения самопроизвольного движения вагонов по путям регулировщик скорости движения вагонов должен немедленно сообщить об этом дежурному по сортировочной горке, указав при этом номер пути и направление движения вагонов.

Первоочередные меры и порядок действий регулировщика скорости движения вагонов при ликвидации аварийных ситуаций с опасными грузами, в том числе взрывчатыми материалами, в процессе перевозки их по железным дорогам установлены Правилами безопасности и порядком ликвидации аварийных ситуаций с опасными грузами при перевозке их по железным дорогам, утвержденными МПС России 25 ноября 1996 г. № ЦМ-407.

При возникновении аварийной ситуации в составе грузовых вагонов с опасными грузами регулировщик скорости движения вагонов, обнаруживший явные признаки аварийной ситуации: парение, резкий запах, шипение сжатого газа, течь опасного груза, должен независимо от времени суток, любыми средствами связи сообщить об этом дежурному по сортировочной горке. Сообщение должно включать в себя описание характера аварийной ситуации, номер железнодорожного пути и место нахождения грузового вагона с опасным грузом в составе поезда.

При возникновении аварийной ситуации регулировщик скорости движения вагонов должен прекратить работу и сообщить о случившемся дежурному по сортировочной горке и далее выполнять его указания по предупреждению несчастных случаев или устранении возникшей аварийной ситуации.

При ликвидации аварийной ситуации необходимо действовать в соответствии с планом ликвидации аварий.

Регулировщик скорости движения вагонов при обнаружении пожара должен:

незамедлительно сообщить об этом лично или через дежурного по сортировочной горке по телефону в пожарную часть (при этом необходимо назвать место возникновения пожара, а также сообщить свою фамилию);

принять меры по вызову к месту пожара руководителя станции или другого ответственного лица;

принять меры по тушению пожара (кроме случаев возгорания опасных грузов) имеющимися первичными средствами пожаротушения, а также эвакуации людей и материальных ценностей.

При пользовании воздушно-пенными (порошковыми, углекислотными) огнетушителями струю пены (порошка, углекислоты) направлять в сторону от людей. При попадании пены (порошка, углекислоты) на незащищенные участки тела необходимо стереть ее платком или какой-либо тканью и тщательно смыть чистой водой.

В помещениях с внутренними пожарными кранами для тушения пожара необходимо привлекать двух работников: один раскатывает рукав от крана к месту пожара, второй, по команде раскатывающего рукав, открывает кран.

При тушении очага загорания кошмой, пламя следует накрывать так, чтобы огонь из под кошмы не попадал на работника, тушащего пожар.

При тушении пламени песком совок, лопату не следует поднимать на уровень глаз, во избежание попадания в них песка.

Тушение горящих предметов, расположенных на расстоянии более 7 м от контактной сети и воздушных линий электропередачи, находящихся под напряжением, допускается любыми огнетушителями без снятия напряжения. При этом необходимо следить, чтобы струя воды или пены не приближалась к контактной сети и другим частям, находящимся под напряжением, на расстояние менее 2 м.

Тушить горящие предметы, находящиеся на расстоянии менее 2 м от контактной сети, разрешается только углекислотными или аэрозольными огнетушителями.

Тушить горящие предметы водой и воздушно-пенными огнетушителями можно только после сообщения руководителя работ или другого ответственного лица о том, что напряжение с контактной сети снято и она заземлена.

При загорании необесточенного электрооборудования напряжением до 1000 В следует применять только углекислотные огнетушители.

При тушении электроустановок, находящихся под напряжением, не следует браться за раструб огнетушителя и не допускается подносить раструб ближе 1 метра до электроустановки и пламени.

При загорании на человеке одежды необходимо как можно быстрее погасить огонь, но при этом нельзя сбивать пламя незащищенными руками. Воспламенившуюся одежду необходимо быстро сбросить, сорвать, либо погасить, заливая водой. На человека в горящей одежде можно накинуть плотную ткань, одеяло, брезент, которые после ликвидации пламени необходимо убрать.

4.2. Действия по оказанию первой помощи пострадавшим при травмировании, отравлении и других повреждениях здоровья.

4.2.1. Общая схема оказания первой помощи на месте происшествия.

Оцени ситуацию. Определи, есть ли загазованность, угроза взрыва, возгорания, обрушения здания, поражения электротоком, движущимися механизмами и пр. Устрани воздействие на пострадавшего опасных и вредных факторов. Переносить пострадавшего следует только в тех случаях, если оказание помощи на месте происшествия невозможно.

Оцени состояние пострадавшего. Определи состояние пострадавшего по наличию или отсутствию сознания (отвечает на вопросы или нет), реакции зрачка на свет, пульса на сонной или другой доступной крупной артерии, дыхания, кровотечения, судорог. Обрати внимание на состояние видимых

слизистых и кожных покровов (покраснение, бледность, синюшность, желтушность, наличие ран, ожоговых пузырей и др.), позу (естественная - неестественная). Если пострадавший не отвечает на вопросы и неподвижен, необходимо немедленно убедиться в наличии реакции зрачка на свет и наличии пульса на сонной или другой доступной крупной артерии. Нормальная реакция зрачка на свет: при затемнении - расширяется, при освещении - суживается.

Расширенный зрачок и отсутствие сужения зрачка при освещении - один из признаков остановки сердца. При невозможности проверить реакцию зрачка - ищи пульс на сонной или другой доступной артерии.

Первоочередные действия: при отсутствии у пострадавшего сознания и пульса немедленно приступи к восстановлению дыхания и кровообращения (реанимации). При отсутствии у пострадавшего сознания, но при наличии пульса ослабь одежду, поверни пострадавшего на живот и очисти ротовую полость.

Последовательность дальнейших действий: останови кровотечение; обработай рану, наложи повязку; при признаках переломов костей конечностей наложи транспортные шины; создай покой пострадавшему; выясни обстоятельства происшествия, вызови бригаду скорой медицинской помощи или обеспечь транспортировку пострадавшего в медицинское учреждение.

4.2.2. Оказание помощи при остановке сердца и дыхания (реанимация).

Признаки остановки сердца: пострадавший без сознания; реакция зрачков на свет отсутствует; отсутствует пульс на сонной или другой доступной крупной артерии.

После остановки сердца жизненно-важные функции (сердцебиение, дыхание) должны быть восстановлены в течение 4-5 минут. При наличии признаков остановки сердца немедленно приступи к реанимации!

Правила проведения реанимационных мероприятий: уложи пострадавшего на ровную жесткую поверхность; освободи грудную клетку от одежды; начинай закрытый массаж сердца и проведение искусственного дыхания.

Правила проведения закрытого массажа сердца: ладонями, наложенными одна на другую, прямыми руками резкими толчками надавливай на область нижней трети грудины. Частота надавливания - 60-70 надавливаний в минуту.

Правила проведения искусственного дыхания: марлей или платком освободи полость рта пострадавшего от инородных тел (сгустки крови, слизь, рвотные массы, выбитые зубы и др.); исключи западание языка; зажми нос пострадавшего, захвати подбородок, запрокинь его голову и сделай быстрый полный выдох в рот пострадавшего (лучше через марлю или платок); на каждое дыхательное движение должно приходиться 3-5 надавливаний в область грудины.

Реанимационные мероприятия необходимо проводить до прибытия медицинского персонала или до появления у пострадавшего пульса и самостоятельного дыхания.

4.2.3. Оказание помощи при кровотечениях.

Артериальное кровотечение. Кровь алого цвета вытекает из раны пульсирующей струей. Прижми артерию (сонная, плечевая, лучевая, бедренная и др.) пальцами или кулаком. Приподними поврежденную конечность. Наложи жгут или закрутку. Прижатие артерии осуществляется через одежду на короткий промежуток времени с последующим наложением жгута. Точки прижатия артерий располагаются на конечностях - выше места кровотечения, на шее и голове - ниже раны или в ране.

Правила наложения жгута. Жгут на голое тело не накладывается, поэтому перед наложением жгута расправь одежду на конечности или подложи ткань без швов и складок. Возьми жгут, заведи его за конечность, растяни с усилием и сделай виток вокруг конечности выше раны, максимально близко к ней. Прижми первый виток жгута и убедись в отсутствии кровотечения. Наложи следующий виток жгута с меньшим усилием и закрепи его. Если жгут наложить слишком туго или на длительное время - возможно омертвение тканей. Нельзя чрезмерно перетягивать конечность. Вложи под верхнюю петлю жгута записку о времени его наложения (дата, час, минуты). Жгут на конечность можно накладывать не более чем на 1 час. При длительной транспортировке (через 40 минут в тепле, через 30 минут в холоде) постепенно ослабь жгут на несколько минут до появления на ране капель крови, затем снова затяни его несколько выше или ниже прежнего места. При отсутствии жгута воспользуйся ремнем (шарфом, толстой веревкой, лямкой от сумки, платком), закручивая его палкой с усилием, позволяющим остановить кровотечение. При неправильном наложении жгута (посинение кожи и отек конечности) немедленно наложи жгут заново.

Особенности наложения жгута при некоторых кровотечениях. Жгут на шею: наложи на рану тампон (упаковку бинта, сложенный платок), подними вверх руку пострадавшего с противоположной стороны раны. Наложи жгут так, чтобы виток жгута одновременно охватил руку и шею, прижимая на ней тампон. Жгут на бедро: кровоточащую рану или артерию выше раны прижать упаковкой бинта (свернутой салфеткой), поверх которой на конечность наложить жгут.

Венозное кровотечение. Кровь более темная, чем при артериальном кровотечении, вытекает из раны медленно, непрерывной струей. Приподними конечность и наложи давящую повязку.

Носовое кровотечение. Сожми крылья носа, приложи к носу смоченный водой большой ватный тампон или сложенную в несколько слоев марлю (ткань), приложи холод к переносице.

Кровотечение из внутренних органов. Признаки: бледность кожных покровов, общая слабость, частый пульс, одышка, головокружение,

обморочное состояние. Уложи пострадавшего, создай ему покой, положи холод на живот (грудь).

4.2.4. Травматическая ампутация.

При травматической ампутации конечности (отдельных ее сегментов) наложи на культю жгут и давящую марлевую повязку. Зафиксируй конечность с помощью шины или подручных средств. При повреждении руки подними высоко кисть. Дай обезболивающее средство. Уложи пострадавшего, обеспечь ему покой. Прими меры к сохранению ампутированного сегмента. Ампутированный сегмент конечности промой, заверни его в мокрую салфетку (по возможности стерильную). Упакуй в полиэтиленовый пакет. Обложи льдом. Обеспечь доставку ампутированного сегмента конечности вместе с пострадавшим в специализированное медицинское учреждение.

4.2.5. Оказание помощи при ранениях.

Раны могут быть поверхностными, когда повреждаются только верхние слои кожи (ссадины), и глубокими, в том числе проникающими (повреждающими грудную, брюшную полости, полость черепа). Защита раны от инфицирования и загрязнения достигается наложением повязки.

Правила наложения повязок. Не удаляй инородные тела из раны, если они не лежат свободно на ее поверхности! Не промывай рану водой, не вливай в рану спиртовые и любые другие растворы, включая "зеленку" и йод! Делай перевязку чистыми руками, по возможности обработай их спиртом или одеколоном. Протри кожу вокруг раны спиртом (одеколоном), осуществляя движения в направлении от раны, смажь края раны йодной настойкой. Наложи марлевые салфетки (по возможности стерильные). Забинтуй рану достаточно туго (бинт не должен врезаться в тело и затруднять кровообращение).

Особенности обработки некоторых ран.

Проникающие ранения живота: из раны могут выпадать внутренности. Закрой рану марлевой салфеткой (по возможности стерильной) и забинтуй живот, но не слишком туго, чтобы не сдавливать выпавшие внутренности. Выпавшие петли кишечника или сальник в брюшную полость не вправляй.

Проникающие ранения грудной клетки: при каждом вдохе воздух со свистом всасывается в рану, а при выдохе с шумом выходит из нее. Как можно быстрее закрой рану салфеткой (по возможности стерильной) с толстым слоем марли и сверху закрепи кусок клеенки или любой другой материал, не пропускающий воздух.

Раны глаз и век. Придай пострадавшему горизонтальное положение, накрой глаз чистой салфеткой (носовым платком), зафиксируй салфетку повязкой. Обязательно прикрой этой же повязкой второй глаз для прекращения движений глазных яблок. Дай обезболивающее средство (анальгин, пенталгин). Нельзя промывать водой колотые и резаные раны глаз и век.

4.2.6. Инородное тело глаза.

При наличии инородного тела попытайся удалить его кончиком платка или промой глаз струей воды, направленной от наружного угла глаза к носу. Закапай в глаз 3-4 капли сульфацил-натрия (альбуцид). При невозможности удалить инородное тело наложи повязку на один или оба глаза. Нельзя пытаться самостоятельно удалять из глаза окалину, металлическую стружку!

4.2.7. Оказание помощи при переломах костей.

Признаки открытого перелома: видны костные отломки; деформация и отек конечности; наличие раны, часто с кровотечением.

Признаки закрытого перелома: сильная боль при движении или при нагрузке на конечность; деформация и отек конечности; синюшный цвет кожи; подвижность конечности в необычном месте, ее неестественное положение.

Последовательность действий при переломах. Освободи пострадавшего от воздействия травмирующих факторов. Дай обезболивающее средство. При открытых переломах останови кровотечение и наложи повязку. Зафиксируй конечность с помощью шин или подручных средств (доска, фанера и т.д.).

Правило наложения шин. Шина накладывается для иммобилизации поврежденной конечности с фиксацией суставов ниже и выше перелома.

Переломы бедра. Придай пострадавшему горизонтальное положение. Наложи шины с обеих сторон конечности (снаружи шина накладывается от стопы до подмышечной впадины), зафиксируй плотно, равномерно, но не туго. При отсутствии шины поврежденную ногу прибинтуй к здоровой конечности, проложив между ними мягкий материал (свернутая одежда, вата, поролон).

Переломы костей верхних конечностей. Зафиксируй руку в согнутом положении, прибинтовав к туловищу (под одеждой).

4.2.8. Особенности оказания помощи при некоторых травмах.

Травма головы. Повреждения костей черепа: выделения из ушей, носа крови (или жидкости), потеря сознания. Сотрясение, ушиб головного мозга: оглушение, шум в ушах, тошнота, потеря сознания и памяти. Уложи пострадавшего на живот и поверни его голову на ту сторону, с какой выделяется больше жидкости. Если есть раны - наложи на голову повязку (по возможности стерильную), приложи холод. Обеспечь покой, приложи тепло к ногам. Ограничь прием пострадавшим жидкости. Следи за пульсом и дыханием до прибытия врача. Будь готов при исчезновении пульса и дыхания приступить к реанимации.

Сдавление конечности. До освобождения конечности от сдавления (если конечность придавлена более 15 минут): обложи конечность пакетами со льдом, снегом, холодной водой, дай 2-3 таблетки анальгина, обильное теплое питье, наложи на сдавленную конечность жгут выше места сдавления (препятствует вымыванию токсинов из раздавленных тканей). Нельзя освобождать сдавленную конечность до наложения жгута и приема пострадавшим большого количества жидкости! Нельзя согревать сдавленную

конечность. После освобождения от сдавления: немедленно наложи жгут (если раньше не было возможности для его наложения). Туго забинтуй поврежденную конечность, приложи холод, дай обильное теплое питье.

Повреждения костей таза и тазобедренных суставов. Признаки: вынужденная поза "лягушки", пострадавший не может изменить положение ног, стопы развернуты наружу, колени приподняты и разведены. Обеспечь пострадавшему полный покой. Подложи под колени валик из одежды. Укрой от холода. Удали изо рта и носа кровь, слизь.

Переломы позвоночника. Признаки: боль в спине, возможна потеря чувствительности (пострадавший не чувствует укола булавкой). Обеспечь полный покой в положении лежа на спине, на жестком щите. При переломах костей таза, бедер, позвоночника не снимай с пострадавшего одежду, не позволяй ему двигаться.

Падение с высоты. При падении с высоты могут иметь место различные, часто комбинированные повреждения: переломы костей таза, бедренных костей, позвоночника, разрывы внутренних органов (внутренне кровотечение).

4.2.9. Оказание помощи при ожогах.

Термические ожоги. Ожоги без нарушения целостности ожоговых пузырей. Подставь обожженную часть тела под струю холодной воды на 10-15 минут или приложи холод на 20-30 минут. Нельзя чем-либо смазывать обожженную поверхность, сдирать с обожженной кожи остатки одежды, вскрывать ожоговые пузыри, отслаивать кожу. Ожоги с нарушением целостности ожоговых пузырей. Накрой место ожога сухой чистой тканью (по возможности стерильной), положи холод. Нельзя сдирать с обожженной кожи остатки одежды, промывать ожоговую поверхность, присыпать, смазывать чем-либо, бинтовать, накладывать пластырь. Ожоги глаз пламенем, паром, водой, маслами, горючими смесями. Промой глаз под струей холодной воды. Закапай в глаз 3-4 капли сульфацил-натрия (альбуцид), дай пострадавшему обезболивающее средство.

Химические ожоги. Возникают при воздействии агрессивных жидкостей (кислоты, щелочи, растворители, спецтопливо и т.п.). Немедленно сними одежду, пропитанную химическим веществом; обильно промой ожоговую поверхность под струей холодной воды. Дай пострадавшему обильное питье малыми порциями (холодная вода, растворы питьевой соды или соли - 1 чайная ложка на 1 литр воды). Нельзя использовать растворы кислот и щелочей для нейтрализации химического агента на коже пострадавшего.

Особенности оказания помощи при некоторых ожогах.

Ожоги фосфором. На коже фосфор вспыхивает и вызывает двойной ожог: химический и термический. Немедленно промой обожженное место под струей холодной воды 10-15 минут. С помощью какого-либо предмета удали кусочки фосфора. Наложи повязку.

Ожоги негашеной известью. Удали известь куском сухой ткани. Обработай ожоговую поверхность растительным или животным маслом. Нельзя допустить соприкосновения извести с влагой (произойдет бурная химическая реакция, что усилит травму).

Ожоги глаз кислотами, щелочами, препаратами бытовой химии, аэрозолями. Осторожно раздвинь веки и подставь глаз под струю холодной воды так, чтобы вода стекала от носа к виску. Зака пай в глаз 3-4 капли сульфацил-натрия (альбуцид). Дай пострадавшему для приема внутрь обезболивающее средство. Нельзя применять нейтрализующую жидкость.

Ожоги глаз известью, карбидом кальция, кристаллами перманганата калия. Быстро и тщательно удали частицы вещества из глаза ватным тампоном. Нельзя мочить глаз, промывать водой!

4.2.10. Оказание помощи при отравлениях.

Отравления бензином, керосином, растворителями, очистителями Признаки при вдыхании паров: характерный запах изо рта, головокружение, тошнота, рвота, неустойчивость походки (внешние признаки "опьянения"), в тяжелых случаях потеря сознания, судороги. При попадании внутрь: характерный запах изо рта, першение, боль в горле, рвота, боль в животе, жидкий стул, нарушения мочеиспускания, желтушность кожных покровов и склер.

Отравления метанолом, антифризом, тормозной жидкостью. Признаки: нарушение зрения ("туман перед глазами", потемнение в глазах вплоть до полной слепоты), тошнота, рвота, боль в животе, слабость, сильная головная боль, судороги, потеря сознания, желтушность кожи. При отсутствии сознания: положи пострадавшего на живот, приложи холод к голове. При наличии сознания: дай выпить до 10 литров холодной воды, вызови рвоту прикосновением пальцев руки к задней стенки глотки в целях очищения желудка, предложи пострадавшему прополоскать рот; дай 20-30 таблеток активированного угля (при отравлении бензином, керосином и др.), слабительное и мочегонное средства; дай обильное питье (2-3 литра сладкого чая). Нельзя употреблять молоко, кефир, растительные и животные жиры (усиливают всасывание яда)!

4.2.11. Первая помощь при поражениях электрическим током.

Нельзя приступать к оказанию медицинской помощи, не освободив пострадавшего от действия электрического тока и не обеспечив собственную безопасность.

Правила освобождения от действия электрического тока. При поражении электрическим током, прежде всего, необходимо прекратить действие тока (отключи напряжение, переруби провод, оттяни пострадавшего за сухую одежду от токоведущих частей), соблюдая при этом меры безопасности. При напряжении выше 1000 В следует: надеть диэлектрические перчатки, резиновые боты или галоши; взять изолирующую штангу или изолирующие клещи; замкнуть провода ВЛ 6-20 кВ накоротко методом наброса, согласно специальной инструкции; сбросить изолирующей

штангой провод с пострадавшего; оттащить пострадавшего за сухую одежду не менее чем на 8 метров от места касания проводом земли или от оборудования, находящегося под напряжением.

Если пострадавший находится на высоте, то освобождение его от действия тока может вызвать падение пострадавшего с высоты. Прими меры для предотвращения дополнительных травм! При отключении установки может погаснуть электрический свет. Обеспечь освещение от другого источника (с учетом взрыво- и пожароопасности помещения), не задерживая отключение установки и оказание помощи.

Правила перемещения в зоне "шагового" напряжения. В радиусе 8 метров от места соприкосновения электрического провода с землей можно попасть под "шаговое" напряжение. Передвигаться в зоне "шагового" напряжения следует в диэлектрических ботах или галошах, либо "гусиным шагом" - пятка шагающей ноги, не отрываясь от земли, приставляется к носку другой ноги. Нельзя отрывать подошвы от поверхности земли и делать шаги, превышающие длину стопы.

4.2.12. Оказание медицинской помощи при поражениях электрическим током.

При отсутствии дыхания и сердцебиения приступи к проведению реанимационных мероприятий. Наложи по возможности стерильную повязку на место электрического ожога. Обеспечь покой пострадавшему. Пострадавшего независимо от его самочувствия следует направить в лечебное учреждение. Постоянно думай о собственной безопасности!

4.2.13. Оказание помощи при часто встречающихся состояниях, связанных со здоровьем.

Обморок. Признаки: резкая слабость, головокружение, звон в ушах и потемнение в глазах, кратковременная потеря сознания (не более 3-4 минут). Причины возникновения: недостаток кислорода в воздухе, падение артериального давления, потеря крови, в том числе внутреннее кровотечение, болевые и психические травмы. Придай пострадавшему лежачее положение, расстегни одежду и пояс, обеспечь доступ свежего воздуха и возвышенное положение нижних конечностей. Дай для вдыхания нашатырный спирт, надави на болевую точку под носом или помассируй ее. Если пострадавший в течение 3-4 минут не пришел в сознание - переверни его на живот и приложи холод к голове. При болях в животе или повторных обмороках (возможно внутреннее кровотечение) положи холод на живот. Нельзя прикладывать тепло к животу и поясничной области. При голодном обмороке дай выпить сладкий чай, обеспечь покой. Нельзя кормить.

Тепловой или солнечный удар. Признаки: слабость, сонливость, головная боль, жажда, тошнота, возможны учащение дыхания и повышение температуры, потеря сознания. Перенеси (переведи) пострадавшего в прохладное место, приложи холод к голове, шее, груди (можно вылить на грудь ведро холодной воды). При судорогах поверни больного на живот,

прижми плечевой пояс и голову к полу. При потере сознания более чем на 3-4 минуты переверни пострадавшего на живот.

Эпилептический припадок. Признаки: внезапная потеря сознания с характерным вскриком перед падением; часто расширенные зрачки (но есть пульс), судороги, непроизвольные телодвижения, пенистые выделения изо рта (иногда с примесью крови вследствие прикусывания языка), непроизвольное мочеиспускание; после приступа - кратковременная потеря памяти. Отодвинь больного от опасных предметов (стекло, острые углы, части мебели и др.), поверни больного на бок, положи ему под голову мягкий предмет.

Переохлаждение. Признаки: озноб, мышечная дрожь, заторможенность и апатия, бред, галлюцинации, неадекватное поведение ("как пьяный"), посинение или побледнение губ, снижение температуры тела. Укрой пострадавшего, предложи теплое сладкое питье или пищу с большим содержанием сахара. Быстро доставь в теплое помещение. В помещении - сними одежду, разотри тело. Помести пострадавшего в ванну с водой 35-40 град.С (терпит локоть), либо обложи его большим количеством теплых грелок (пластиковых бутылок). Укрой пострадавшего теплым одеялом или надень на него теплую сухую одежду. Продолжай давать теплое сладкое питье.

При признаках собственного переохлаждения думай о самоспасении. Не засыпай, двигайся. Используй бумагу, пластиковые пакеты и другие средства для утепления обуви и одежды. Ищи или строй убежище от холода.

Обморожение конечностей. Признаки: кожа бледная и холодная, нет пульса у запястий и лодыжек, потеря чувствительности, при постукивании пальцем - "деревянный" стук. Доставь пострадавшего в помещение с невысокой температурой. С обмороженных конечностей одежду и обувь не снимай. Незамедлительно укрой поврежденные конечности от внешнего тепла охлажденной теплоизолирующей повязкой с большим количеством ваты или одеялами, одеждой. Нельзя ускорять внешнее согревание обмороженных частей. Тепло должно возникнуть внутри с восстановлением кровообращения. Дай обильное теплое питье, заставь двигаться. Накорми пострадавшего. Дай 1-2 таблетки анальгина. Нельзя растирать или смазывать обмороженную кожу чем-либо, помещать обмороженные конечности в теплую воду или обкладывать их грелками.

4.2.14. Укусы насекомых и змей.

Удали жало пчелы, промой место укуса. При укусе змеи уложи пострадавшего, обеспечь ему покой. На место укуса наложи повязку (не слишком тугую). При укусе конечности - обязательно наложи шину, придай конечности возвышенное положение. Дай обильное питье (сладкую или подсоленную воду). При потере сознания положи пострадавшего на живот, поверни голову набок. При отсутствии дыхания и сердцебиения - приступай к реанимации. Нельзя ни охлаждать, ни согревать место укуса. Для удаления клеща: приложи к нему на 3 минуты тампон, смоченный бензином или

керосином. Затем на клеща (как можно ближе к коже) набрось петлю из тонкой прочной нити и, вращая, резко выдерни его из кожи.

5. Требования охраны труда по окончании работ

5.1. По окончании работы регулировщик скорости движения вагонов должен:

сдать дежурство регулировщику скорости движения вагонов, заступающему на смену;

привести в порядок свое рабочее место;

сложить сигнальные принадлежности, инвентарь и приспособления в специально предназначенные для них места;

снять спецодежду и убрать ее в шкаф гардеробной.

5.2. Загрязненную и неисправную специальную одежду и обувь при необходимости нужно сдать в стирку, химчистку или ремонт.

5.3. Обо всех нарушениях производственного процесса, правил трудового распорядка и требований охраны труда, замеченных во время работы, и о принятых мерах к их устранению, регулировщик скорости движения вагонов должен сообщить дежурному по сортировочной горке.

gost.e-ecolog.ru