

PATVIRTINTA
Vilniaus Maironio progimnazijos
direktoriaus 2020 m. liepos 1 d.
įsakymu Nr. V-79

VILNIAUS MAIRONIO PROGIMNAZIJOS SAUGOS IR SVEIKATOS ĮVADINĖ INSTRUKCIJA NR. I-1

I. BENDROJI DALIS

Įstaiga įregistruota: 1994 – 08 – 02

Įstaigos kodas: 190002564

Įstaigos veikla: priešmokyklinis, pradinis ir pagrindinis pirmosios pakopos ugdymas.

Įstaigos adresas: Čiobiškio g. 1, Vilnius

Įstaigos vadovė: Lina Bairašauskienė

Saugą darbe atstovauja direktoriaus pavaduotojas ūkio reikalams: Saulius Matijoška

Atsakingas už priešgaisrinę saugą: Saulius Matijoška

II. PAVOJINGI IR KENKSMINGI VEIKSNIAI, JŲ POVEIKIS SVEIKATAI IR SAUGOS PRIEMONĖS

1. Pavojingi ir kenksmingi veiksniai, veikiantys darbuotojus darbo vietose, išvardyti individualiose darbuotojų saugos ir sveikatos instrukcijose.

III. NELAIMINGŲ ATSTITIKIMŲ, AVARIJŲ TYRIMO TVARKA, DUOMENYS APIE PROFESINES LIGAS, JŲ PRIEŽASTIS IR DARBUOTOJO PAREIGOS, VEIKSMAI ĮVYKUS NELAIMINGAM ATSTITIKIMUI, AVARIJAI

2. Nelaimingi atsitikimai tiriami vadovaujantis Lietuvos Respublikos nutarimais.

3. Nukentėjęs nuo nelaimingo atsitikimo asmuo, jeigu pajėgia, turi nedelsdamas apie tai pranešti mokyklos direktoriui arba jo įgaliotam asmeniui.

4. Asmuo, matęs nelaimingą atsitikimą arba apie jį sužinojęs, turi nedelsdamas suteikti nukentėjusiam pirmąją pagalbą ir pranešti apie nelaimingą atsitikimą nurodytiems asmenims.

5. Darbo vieta, kol nelaimingas atsitikimas bus pradėtas tirti, turi išlikti tokia, kokia buvo nelaimingo atsitikimo metu.

6. Jeigu tai kelia pavojų aplinkinių darbuotojų gyvybei ir sveikatai, gali būti daromi tik būtini pakeitimai, įforminami aktu.

7. Progimnazijos direktorius, o kai jo nėra – įgaliotas asmuo privalo nedelsdamas organizuoti pirmosios pagalbos suteikimą, o prireikus – nukentėjusįjį nugabenti į gydymo įstaigą, taip pat pranešti steigėjui apie įvykusį nelaimingą atsitikimą.

8. Nelaimingo atsitikimo tyrimo rezultatai surašomi aktuose.

9. Nelaimingo atsitikimo tyrimo rezultatai surašomi akte, jei šis nelaimingas atsitikimas įvyksta darbuotojui, su kuriuo sudaryta darbo sutartis.

10. Dirbančiam kitoje vietoje, kur jis atlieka darbo sutartimi suldytą darbą arba veikia Progimnazijos interesais (įskaitant sportinę ir kitą visuomeninę veiklą), taip pat esančiam komandiruotėje.

11. Nukentėjusiam dėl staiga susirgimo ar apsinuodijimo, įvykusio dėl darbo aplinkos poveikio mokykloje ar darbo metu sužalotam kito asmens.

12. Nelaimingo atsitikimo tyrimo rezultatai surašomi akte, jeigu šis nelaimingas atsitikimas įvyksta ne mokyklos teritorijoje pakeliui į darbą arba iš darbo (įskaitant nustatytą pertrauką pailsėti ir pavalgyti).

13. Nelaimingo atsitikimo tyrimas nutraukiamas ir aktai nepildomi nustačius, kad nelaimingas atsitikimas įvyksta dėl to, kad norėta susižaloti arba nusižudyti (remiantis teisėsaugos darbuotojų išvada), dėl alkoholio ir kitų narkotinių medžiagų poveikio (remiantis medicinos įstaigos išvada) ar dėl nukentėjusiojo nusikalstamų veikslių: vagystės, noro pasipelnyti, chuliganizmo ir kt. (remiantis teisėsaugos darbuotojų išvada) ar dėl ligos, nesusijusios su darbo sąlygų poveikiu (remiantis medicinos įstaigos išvada).

14. Nelaimingų atsitikimų tyrimo rezultatus komisija, tyrusi nelaimingą atsitikimą, įformina laisvos formos aktu. Šie nelaimingi atsitikimai registruojami mokyklos nelaimingų atsitikimų registravimo žurnale, bet neapskaitomi.

15. Lengvą nelaimingą atsitikimą tiria dvišalė komisija, sudaryta iš darbdavio įgalioto asmens ir mokyklos darbuotojų įgalioto asmens (jeigu nėra profesinės sąjungos).

16. Nelaimingą atsitikimą tirianti dvišalė komisija ne vėliau kaip per 7 kalendorines dienas nuo nelaimingo atsitikimo privalo nustatyti nelaimingo atsitikimo priežastis, išklausus liudininkų, darbdavio bei kitų asmenų paaiškinimų, medicinos įstaigos pažymą apie traumos pobūdį, sunkumą, taip pat išnagrinėti kitą su įvykiu susijusią medžiagą ir nustatyti asmenis, kurie pažeidė saugos darbe normatyvinių aktų reikalavimus.

17. Surašyti keturis aktų egzempliorius ir perduoti juos bei tyrimo medžiagą darbdaviui.

18. Darbdavys, gavęs nelaimingo atsitikimo tyrimo medžiagą, privalo pasirašyti aktą. Jeigu darbdavys nesutinka su komisijos išvadomis, jis gali raštiškai išdėstyti savo nuomonę akto priede.

19. Ne vėliau kaip per 3 kalendorines dienas nuo akto surašymo paskirstyti juos šia tvarka:

19.1. pirmąjį akto egzempliorių su tyrimo medžiaga palikti mokykloje;

19.2. antrąjį akto egzempliorių išsiųsti Valstybinei darbo inspekcijai;

19.3. trečiąjį akto egzempliorių išsiųsti draudimo įstaigai (jeigu nukentėjęs asmuo yra apdraustas nuo nelaimingų atsitikimų);

19.4. patvirtintąjį akto nuorašą įteikti profesinei sąjungai (jeigu nukentėjęs yra jos narys), taip pat mokykloje, kurios siūstas darbuotojas susižalojo, kitoms organizacijoms, įstaigoms bei pareigūnams, turintiems teisę analizuoti ar tikrinti darbų saugą įmonėje, jei jie to prašo raštu.

20. Nelaimingas atsitikimas, apie kurį nukentėjęs arba įvykio liudininkas nustatytą tvarka nepraneša darbdaviui arba dėl kurio nukentėjęs darbingumo neteko ne iš karto, ištiriamas gavus nurodytųjų asmenų ar jų interesams atstovaujančių asmenų prašymą ne vėliau kaip per 14 kalendorinių dienų nuo prašymo gavimo.

21. Sunkius ir mirtinus nelaimingus atsitikimus tiria trišalė komisija, sudaryta iš valstybinio darbo inspektoriaus (komisijos pirmininkas), mokyklos profesinės sąjungos atstovo arba darbuotojų įgaliotinio (jeigu mokykloje nėra profesinės sąjungos) ir darbdavio įgalioto asmens.

22. Kai darbuotojas, jo interesams atstovaujantis asmuo ar darbdavys nesutinka su tyrimo komisijos išvadomis ar Valstybinei darbo inspekcijai nustačius, kad sunkus ar mirtinas nelaimingas atsitikimas ištirtas neteisingai arba nepakankamai, Lietuvos Respublikos vyriausiasis darbo inspektorius skiria pakartotinį arba papildomą tyrimą, nurodydamas jo tvarką.

23. Jeigu darbdavys atsisako surašyti aktą arba nukentėjęs ar jo interesams atstovaujantis asmuo nesutinka su akto turiniu, konfliktą nagrinėja įmonės saugos darbe komitetas (tarnyba) per 7 kalendorines dienas nuo pareiškimo gavimo dienos.

24. Dėl komiteto sprendimo šalys gali kreiptis į Valstybinę darbo inspekciją. Į šią inspekciją šalys gali kreiptis ir tuo atveju, kai nurodytojo komiteto nėra. Inspekcijos sprendimas gali būti apskūstas teismui.

25. Progimnazija, kurioje dėl saugos darbe norminių aktų pažeidimo įvyko mirtinas nelaimingas atsitikimas darbe, privalo išmokėti mirusiojo šeimai vienkartinę pašalpą, numatytą LR teisės aktuose.

26. Darbdavys, darbuotojai, nelaimingo atsitikimo tyrimo komisijų nariai, pažeidę šių nuostatų reikalavimus, atsako Lietuvos Respublikos įstatymų nustatyta tvarka.

IV. PROFESINĖS LIGOS NUSTATYMAS

27. Profesinė liga – tai darbuotojo sveikatos sutrikimas dėl kenksmingo darbo aplinkos veiksnio (ar kelių veiksnių), kuris įvertinamas pagal higieninę darbo sąlygų klasifikaciją, atsižvelgiant į atsitikimą, higienos normas ir darbo laiko trukmę. Į profesinių ligų sąvoką įeina ir profesiniai apsinuodijimai.

28. Profesinėmis ligomis taip pat laikomos ligų komplikacijos, liekamieji reiškiniai ir kenksmingų darbo aplinkos veiksnių sukelti atokūs padariniai.

29. Sąvoką „kenksmingas darbo aplinkos veiksnys“ - darbo aplinkos veiksnys, dėl kurio darbuotojas gali netekti darbingumo, gali susirgti (ir profesinė liga), o jo ilgalaikis poveikis gali būti pavojingas gyvybei.

30. Tiriamos šios mokyklos darbuotojų ligos: sukeltos fizinių veiksnių, sukeltos įtampos.

31. Nustatant dirbantiems ar dirbusiems asmenims profesines ligas, vadovaujama Sveikatos apsaugos ministerijos tvirtinamu profesinių ligų sąrašu.

32. Ūminę profesinę ligą tiria gydytojas, pirmasis apžiūrėjęs ligonį ir įtaręs ar diagnozavęs ūminę profesinę ligą, ne vėliau kaip per 12 valandų išsiunčia pranešimą raštu teritoriniam higienos centrui.

33. Lėtinę profesinę ligą įtaręs gydytojas, raštu praneša teritoriniam higienos centrui, prašo ištirti profesinės ligos priežastį ir parengti susirgusio darbuotojo darbo sąlygų higieninę charakteristiką.

34. Ūminės profesinės ligos priežastys turi būti ištirtos per 24 valandas, dalyvaujant valstybiniam darbo inspektoriui, mokyklos direktoriui ar jo atstovui.

35. Tyrime gali dalyvauti mokyklos direktorius ir darbuotojo interesams atstovaujanti organizacijos, prireikus kviečiami ir ekspertai.

36. Lėtinės profesinės ligos priežastys ištiriamos ir darbo sąlygų higieninė charakteristika parengiama ne vėliau kaip per 15 dienų, dalyvaujant valstybiniam darbo inspektoriui, mokyklos direktoriui, jo atstovui.

37. Su darbo higienine charakteristika susipažindinamas nukentėjęs asmuo.

V. BENDRIEJI DARBŲ SAUGOS REIKALAVIMAI MOKYKLOJE

38. Užtikrinant saugų darbą, kiekvienas mokyklos darbuotojas, pradėjęs savo veiklą privalo: išklaudyti saugos ir sveikatos įvadinį ir darbo vietoje instruktavimą, susipažinti su vidaus darbo tvarkos taisyklėmis, laikytis saugos ir sveikatos darbe taisyklių reikalavimų, susipažinti su pareiginėmis instrukcijomis ir dirbti tik tą darbą, kuris jam pavestas.

39. Prieš darbo pradžią patikrinti darbo vietos, įrengimų, mašinų su kuria dirbama, techninę būklę, laikytis elektrosaugos, gaisrinės saugos reikalavimų ir juos vykdyti, neleisti į darbo vietą pašalinių asmenų.

40. Draudžiama progimnazijoje būti neblaiviems, apsvaigusiams nuo narkotinių arba toksinių medžiagų, įnešti alkoholinių gėrimų, rūkyti.

41. Instruktuoti gali tik Progimnazijos direktorius ir jo įgaliotas asmuo, turintis darbų saugos atestavimo pažymėjimą.

42. Instrukcijų reikalavimai yra privalomi visiems darbuotojams susipažinusiems su atitinkama instrukcija ir tai patvirtinusiems savo parašu instruktavimo žurnale.

43. Visais klausimais aiškintis su Progimnazijos direktoriumi ar jo įgaliotu asmeniu.

VI. ELEKTROSAUGA

44. Pagrindinis traumuojantis faktorius yra elektros srovė.

45. Pažeidus elektros srovei žmogaus organizmą, susitraukia raumenys, sutrinka širdies veikla ir kraujo apytaka, paralyžiuojami nervų centrai, atsiranda nudegimų.

46. Organizmo pažeidimo elektros srovė laipsnis priklauso nuo srovės stiprumo, tekėjimo kūnu kelio ir veikimo trukmės. Srovės stiprumas priklauso nuo įtampos ir laidininko (organizmo varžos). Kuo didesnė organizmo ir saugos priemonių varža, tuo mažiau srovės per jį praeina.

47. Elektros srovės poveikis žmogaus organizmui nepavojaingas, kai įtampa elektros prietaisuose ne didesnė kaip 42 V.

48. Tiesioginė fizinė pažeidimo priežastis elektros traumos atveju yra elektros srovės, tekančios žmogaus kūnu, stiprumas. Dėl labai nevienodos žmogaus kūno varžos, srovės stiprumas, esant tokiai pat įtampai, gali labai kisti. Jei oda drėgna, žmogus neblaivus, pavargęs kūno varža smarkiai sumažėja. Jei patalpose yra drėgmės, garų, cheminių dujų, amoniako ir kitų medžiagų, labai sumažėja elektros įrenginių izoliacija ir odos varža, todėl sustiprėja srovė, vadinasi, ir pažeidimo pavojus žmogui.

49. Žmones elektros smūgis ištinca atsitiktinai prisilietus prie neizoliuotų laidų, kuriuose yra įtampa.

VII. DARBO HIGIENOS REIKALAVIMAI

50. Kiekvienam Progimnazijos dirbančiajam, atsižvelgiant į darbo pobūdį, turi būti sudarytos sąlygos higienos reikalavimų įgyvendinimui.

51. Darbo vietose turi būti palaikomi darbo sąlygų parametrai, nurodyti sanitarinėse normose, taisyklėse ir higieniniuose reikalavimuose.

VIII. DARBDAVIO PAREIGOS

52. Darbdaviai ir jų įgalioti asmenys privalo laikytis LR žmonių saugos darbo įstatymo ir vykdyti kitų saugos darbe norminių aktų reikalavimus.

53. Instruktuoti ir mokyti darbuotojus saugiai dirbti, tikrinti jų žinias.

54. Kontroliuoti, kaip darbuotojai laikosi saugos darbe reikalavimų.

55. Nustatyta tvarka pranešti apie nelaimingus atsitikimus, profesines ligas, iširti aplinkybes ir priežastis, atlyginti už pakenkimą sveikatai.

56. Organizuoti darbą pagal darbo ir poilsio režimą.

57. Nustatyta tvarka rengti ir tvirtinti saugos ir sveikatos instrukcijas.

VIII. DARBDAVIO TEISĖS

58. Reikalauti, kad darbuotojai laikytųsi saugos darbe norminių aktų.

59. Darbuotojams, pažeidusiems saugos darbe ir sveikatos norminius aktus, skirti drausmines nuobaudas, nustatyta tvarka reikalauti atlyginti žalą.

60. Kontroliuoti, kaip darbuotojai laikosi saugos ir sveikatos instrukcijos reikalavimų, laikinai nušalinti darbuotoją nuo darbo, už tą dieną nemokėti jam darbo užmokesčio, jeigu jis darbo metu yra neblaivus, apsvaigęs nuo alkoholio ar sąmoningai pavartotų narkotinių ar toksinių medžiagų.

61. Atleisti darbuotoją iš darbo, jei jis grubiai pažeidė saugos ir sveikatos taisyklių reikalavimus.

IX. DARBUOTOJŲ PAREIGOS

62. Saugoti savo ir nekenkti kitų darbuotojų sveikatai, mokėti saugiai dirbti ir vykdyti saugos darbe norminių aktų reikalavimus.

63. Imtis priemonių ir pagal galimybes bei kompetenciją pašalinti priežastis, galinčias sukelti traumas, avarijas, apie tai nedelsiant informuoti mokyklos direktorių ar jo įgaliotą asmenį.

64. Informuoti darbdavį, jo įgaliotą asmenį apie darbo metu gautas traumas, susijusias su darbu, ūmius sveikatos sutrikimus.

65. Nustatyta tvarka tikrintis sveikatą.

66. Vykdyti Progimnazijos direktoriaus ar jo įgaliotų asmenų bei pareigūnų, kontroliuojančių saugą darbe, teisėtus nurodymus.

X. DARBUOTOJŲ TEISĖS

67. Reikalauti, kad darbdavys užtikrintų saugų darbą, užtikrintų norminiuose aktuose nustatytas sąlygas ir tvarką.

68. Sužinoti iš darbdavio (įgalioto asmens) apie darbo aplinkoje esančius sveikatai kenksmingus ir pavojingus veiksnius.

69. Atsisakyti dirbti, jeigu yra pavojus sveikatai, gyvybei ir apie tai pranešti raštu darbdaviui (įgaliotam asmeniui) motyvuojant priežastis.

70. Nustatyta tvarka reikalauti, kad būtų atlyginta žala, padaryta sveikatai dėl nesaugių darbo sąlygų.

71. Kilusius nesutarimus dėl darbuotojo atsisakymo dirbti nagrinėja mokyklos administracija, Valstybinė darbo inspekcija, kuri apie sprendimą informuoja raštu darbuotoją ir darbdavį.

72. Pagrįstas atsisakymas dirbti nelaikomas darbo drausmės pažeidimu.

73. Už laiką, kurį darbuotojas pagrįstai atsisakė dirbti, darbuotojui mokamas vidutinis darbo užmokestis.

74. Darbuotojui atsisakius dirbti nepagrįstai, už nedirbtą laiką nemokama ir dėl to padaryta žala darbdaviui kompensuojama iš darbuotojo sąskaitos nustatyta tvarka.

XI. DARBDAVIŲ IR DARBUOTOJŲ ATSAKOMYBĖ UŽ DARBŲ SAUGOS NORMINIŲ AKTŲ PAŽEIDIMUS

75. Už darbų saugos norminių aktų pažeidimus, dėl kurių įvyko arba galėjo įvykti nelaimingas atsitikimas, darbuotojas susirgo profesine liga, įvyko avarija, sutriko Progimnazijos darbas direktoriui, jo įgaliotiems asmenims, kurie savo veikimu ar neveikimu pažeidė saugos darbe norminių aktų reikalavimų arba nesudarė sąlygų tokių reikalavimų laikymuisi, taip pat Progimnazijos darbuotojams, kurie, žinodami, kad pažeidžia saugos darbe reikalavimus dirbo tokiomis sąlygomis, taikoma Lietuvos Respublikos įstatymų nustatyta drausminė, materialinė, administracinė ar baudžiamoji atsakomybė.

XII. MEDICINOS PAGALBA MOKYKLOJE

76. Darbuotojas privalo žinoti pirmosios pagalbos suteikimo būdus esant nedidelėms traumoms: sumušimams, sužeidimams, kraujuojant ir nukentėjus nuo elektros srovės.

77. Tikrinama visų pradedančių Progimnazijoje dirbti darbuotojų sveikata.

78. Jei darbuotojas gavo traumą, būtina skubiai suteikti pirmąją pagalbą, pranešti Progimnazijos administracijai ir iškviesti greitąją pagalbą.

79. Kiekvienas Progimnazijos darbuotojas privalo mokėti suteikti pirmąją medicinos pagalbą nukentėjusiam nuo elektros srovės.

XIII. PIRMOJI PAGALBA SUSIŽEIDUS

80. Pagrindinės priemonės susižeidus yra tvarsčiai ir šaltis – ledas ar šalti kompresai. Pasirenkant tvarstį svarbu, kad jis būtų šiek tiek didesnis nei žaizda.

81. Jeigu dėl kurios nors priežasties tvarsčio nėra, galima naudoti bet kokią švarią baltą medvilninę medžiagą.

82. Kad žaizda nebūtų užteršta rišant, teikiantys pirmąją pagalbą privalo naudoti vienkartinės pirštines.

83. Teikiant pirmąją pagalbą, reikia griežtai laikytis šių taisyklių: negalima žaizdos plauti vandeniu.

84. Negalima šluostyti nuo žaizdos smėlio, žemių ir pan., nes tokiu būdu žaizda užteršiančios medžiagos nepašalinamos, tik giliau įtrinami nešvarumai ir lengviau užkrečiama žaizda.

85. Nuo žaizdos negalima šalinti kraujo krešulių, nes tai gali sukelti stiprų kraujavimą.

86. Išorinis kraujavimas gali būti arterinis ir veninis. Arterinio kraujavimo atveju kraujas būna skaisčiai raudonas ir teka pulsuojančia srove, esant veniniam kraujavimui, kraujas tamsios spalvos ir teka vienodai. Pavojingesnis yra arterinis kraujavimas.

87. Jei žaizda gili ar stipriai kraujuojanti, būtina stabdyti kraujavimą užspaudus žaizdą tvarščiu, pakėlus sužeistą galūnę. Jei per tvarstį kraujas toliau sunkiasi, negalima plėsti senojo tvarščio. Reikia ant jo uždėti kitą tvarstį.

88. Jei kraujuoja iš arterijos virš sužeidimo reikia užspausti timpa, bet tai daryti labai atsargiai, kad nesutriktų kraujotaka, nebūtų pažeisti nervai. Visais stipraus kraujavimo atvejais skubiai gabenti į gydymo įstaigą.

89. Arterinį kraujavimą galima greitai sustabdyti, prispaudus pirštaiskraujuojančią kraujagyslę prie atitinkamo kaulo aukščiau žaizdos (arčiau liemens). Kraujavimą iš apatinės veido dalies žaizdų sustabdomas, prispaudžiant žandikaulio arteriją prie apatinio žandikaulio krašto. Kraujavimas iš smilkinio ir kaktos žaizdų sustabdomas, prispaudžiant arteriją priekyje ausies.

90. Jei sulenkti galūnes per sąnarį negalima (kartu lūžus tos pačios galūnės kaului), tai stipriai kraujuojant iš arterijos, reikia užveržti visą galūnę, uždėdant timpą (jai geriausiai imti koki nors stangrų, išsitempiantį audinį, guminį vamzdelį arba juostą, petnešas). Prieš uždėdant timpą, galūnę (ranka arba koja) turi būti pakelta.

XIV. PIRMOJI PAGALBA NUŠALUS

91. Kuo greičiau stenkitės patekti į šiltas patalpas. Nušalusią kūno dalį atšildyti įmerkdami pažeistą kūno vietą į kambario temperatūros vandenį arba dėti kambario temperatūros tvarščius ant nušalusios kūno dalių (pakanka 20-30 minučių). Duoti gerti šiltų ir saldžių gėrimų. Nedaug nušalus, kai arti nėra šiltų patalpų, veidą, nosį, ausis galima šildyti delnais.

92. Nušalusios kūno vietų netrinkite. Jei šildant atsiranda pūslių, nustokite šildyti. Nušalusią vietą uždenkite steriliu tvarščiu ir sutvarstykite. Sutvarstytą kūno dalį (jeigu tai įmanoma) susukite į minkštą storą audinį (pvz. antklodę, megztinį). Skubiai vykite arba vežkite nukentėjusį į artimiausią gydymo įstaigą.

XV. PIRMOJI PAGALBA LŪŽUS KAULUI, IŠNIRUS, SUSIMUŠUS IR PATEMPUS RAIŠČIUS

93. Lūžimų ir išnirimų atvejais pagrindinis pirmosios pagalbos uždavinys yra užtikrinti, jog skaudama galūnė, jos padėtis būtų patogi. Tokiu būdu tik numalšinamas skausmas, bet ir saugomi gretimi audiniai nuo kitų papildomų sužalojimų, kurių gali atsirasti, kaului iš vidaus pradūrus audinius. Lūžimo ar išnirimo vietą reikia sutvirtinti įtvaru, faneros plokšte, kartonu ir t.t. Susitrenkus – ant pažeistos vietos dedama kas nors šalta (pūslė su ledais arba sniegu, šaltas kompresas).

94. Pirmoji pagalba patempus raiščius, pakrypus pėdai ir kt. yra šaldymas, standus sutvarstymas, ramybė.

95. Pirmoji pagalba apalpus ar alpstantį žmogų (svaigsta galva, pykina, veržia krūtinę, trūksta oro, temsta akyse) reikia paguldyti nuleisti žemyn galvą ir kiek pakelti kojas, duoti šalto vandens.

96. Pirmoji pagalba patekus svetimkūniams (rakštims) - po oda arba po nagu patekusį svetimkūnį galima pašalinti tik tuo atveju, jei įsitikinama, kad tai bus padaryti lengva. Esant mažiausiai kliūčiai, reikia kreiptis į gydytoją. Negalima šalinti be gydytojo svetimkūnių iš akių, gerklės ir stemplės.

XVII. ATPALDAVIMAS NUO ELEKTROS SROVĖS

97. Prisilietus prie vietų, kuriose yra įtampa, daugeliu atvejų, raumenys savaime mėšlungiškai susitraukia, dėl to pirštai, jei nukentėjusysis laiko laidą rankose, gali taip stipriai susispausti, kad jo bus neįmanoma ištraukti iš rankų. Jei jis tebeliečia srovines dalis, pirmiausia reikia skubiai atpalaiduoti jį nuo elektros srovės.

98. Liesti srovės veikiamą žmogų, nenaudojant reikiamų atsargumo priemonių, negalima.

99. Teikiantys pagalbą turi nedelsiant išjungti tą įrenginio dalį, kurią liečia nukentėjusysis.

100. Jei žmogus yra aukštai, įrenginį atjungus ir atpalaidavus nukentėjusįjį nuo elektros srovės, jis gali nukristi. Tokiu atveju reikia imtis priemonių, užtikrinančių, kad kristų saugiai.

101. Jeigu įrenginio išjungti negalima, reikia imtis priemonių atskirti nukentėjusįjį nuo srovinių dalių, kurias jis liečia.

XVIII. PIRMOS PAGALBOS NUKENTĖJUSIAM NUO ELEKTROS SROVĖS PRIEMONĖS

102. Nedelsiant nukentėjusįjį paguldyti ant nugaros, ant kieto pagrindo ir patikrinti ar jis kvėpuoja ir yra pulsas.

103. Nustatyti, kokia akies lėlytė (plati lėlytė rodo, kad žymiai pablogėjo kraujo tiekimas smegenims) ir visais atvejais kviesti gydytoją.

104. Dirbtinį kvėpavimą reikia daryti, tuoj pat atpalaidavus nukentėjusįjį nuo srovės (galima „Iš burnos į burną“ ir netiesiogiai masažuojant širdį).

105. Nukentėjusįjį gabenant reikia prižiūrėti, kad keliant, nešant ir vežant nukentėjusiojo nekratyti, nelaikyti nepatogioje arba pavojingoje padėtyje, nešti neštuvais (imti ir dėti ant neštuvų reikia iš sveikos pusės), lūžimo vietą prilaikyti.

106. Vežant sunkiai nukentėjusįjį žmogų, geriausiai paguldyti jį ant neštuvų, paklojus po jais ką nors minkšto.

107. Dirbtinis kvėpavimas daromas tik tuo atveju, jei nukentėjusysis nekvėpuoja arba kvėpuoja netaisyklingai, taip pat, jei kvėpavimas palaiapsniui silpnėja.

108. Prieš pradėdant daryti dirbtinį kvėpavimą reikia greitai, negaištant, atpalaiduoti nukentėjusiojo kvėpavimą varžančius darbužius ir pašalinti iš nukentėjusiojo burnos pašalinius daiktus.

109. Dirbtinio kvėpavimo metu, nukentėjusįjį paguldyti ant nugaros, sekti, kad liežuvis neužkristų ir neuždengtų kvėpavimo takų.

110. Nukentėjusiojo galvą reikia atlošti atgal, padėjus vieną ranką po pakaušiu, o antrąją spausti nukentėjusiojo kaklą, tol, kol smakras atsidurs vienoje linijoje su kaklu.

111. Dirbtinio kvėpavimo vamzdelį nukreipti į kvėpavimo gerklę, nykščiais užspausti nukentėjusiojo nosį ir teikiantysis pagalbą turi keletą kartų stipriai iškvėpti į vamzdelį.

112. Būtina sekti, kad įpučiamas oras patektų į nukentėjusiojo plaučius, o ne į pilvą – tai galima pastebėti iš to, jog neišsipučia krūtinės ląsta, o išsipučia pilvas. Jei oras patenka į pilvą, reikia paspaudus viršutinę pilvo dalį po diafragma išleisti orą ir kvėpavimo vamzdelį įstatyti taip, kaip reikia.

113. Jei nėra kvėpavimo įtaiso, teikiantysis pagalbą savo burną glaudžiai prispaudžia prie nukentėjusiojo veido, kad apimtų visą nukentėjusiojo burną. Tai galima daryti su marle, servetėle, nosine ir pan.

114. Jeigu širdies darbas neefektyvus (neapčiuopiamas pulsas), kartu su dirbtiniu kvėpavimu atliekamas išorinis širdies masažas.

XIX. GAISRINĖ SAUGA

115. Lietuvos Respublikos teritorijoje esantys asmenys privalo vykdyti gaisrinės saugos taisyklių reikalavimus, o kilus gaisrui imtis priemonių gelbėti žmones, apsaugoti materialines vertybes ir gesinti gaisrą.

116. Progimnazijos darbuotojai privalo išklaudyti gaisrinės saugos instruktažą.

117. Patalpos turi būti aprūpintos gaisro gesinimo priemonėmis, kurios turi būti tvarkingos.
118. Darbuotojai privalo mokėti naudotis gaisro gesinimo priemonėmis.
119. Patalpos turi būti švarios, tvarkingos, reguliariai valomos.
120. Evakuacijos keliai visuomet turi būti laisvi, neužkrauti daiktais.
121. Patalpose draudžiama naudoti atvirą ugnį, deginti fakelus. Mokyklos patalpose ir teritorijoje rūkyti draudžiama.
122. Naudojantis elektriniais virduliais, būtina juos statyti ant nedegių padėklų.
123. Visi elektros įrenginiai ir instaliacija turi būti tvarkingi.
124. Ugnies gesintuvo korpusas turi būti nudažytas raudonai, nurodytas jo panaudojimo būdas, užpildymo data ar galiojimo laikas. Gesintuvus reikia laikyti lengvai prieinamose ir matomose vietose.
125. Darbuotojas pastebėjęs gaisrą, privalo nedelsiant pranešti apie tai pagalbos telefonu 112, informuoti žmones apie gaisrą, gesinti gaisrą turimomis priemonėmis.

XX. CIVILINĖ SAUGA

126. Darbuotojai privalo žinoti, kaip elgtis katastrofų, stichinių nelaimių arba ginkluoto užpuolimo atvejais.
127. Įvadinis instruktavimas – pirminis minimalus civilinės saugos žinių suteikimas kiekvienam darbuotojui, priimant jį į darbą.
128. Pagrindinės sąvokos:
 - 128.1. Civilinė sauga - tai veikla, apimanti valstybės ir savivaldybių institucijų, visų ūkio subjektų, visuomeninių organizacijų bei gyventojų pasirengimą ekstremaliai situacijai, veiksmus jai susidarius ir padarinių šalinimą, visų valstybės išteklių panaudojimą gyventojams išgyventi, šalies ūkio gyvybingumui palaikyti, turtui ir aplinkai nuo susidariusios ekstremalios situacijos poveikio apsaugoti, aktyviai šiuose procesuose dalyvaujant piliečiams.
 - 128.2. Ekstremali situacija - padėtis, kuri atsiranda dėl gamtinio, techninio, ekologinio ar socialinio pobūdžio priežasčių ar karo veiksmų ir sąlygoja staigų bei didelį pavojų žmonių gyvybei ar sveikatai, turtui, gamtai arba žmonių žūtį, sužalojimą ar turtinius nuostolius.
 - 128.3. Ekstremalus įvykis - nustatytus kriterijus pasiekęs ar viršijęs gamtinio, techninio, ekologinio ar socialinio pobūdžio įvykis, keliantis pavojų žmonėms, jų fiziologinėms ar socialinėms gyvenimo sąlygoms, turtui, ūkiui ir aplinkai.
 - 128.4. Rizika – tai tikimybė atsirasti nepageidaujamiems (ekstremaliems) įvykiams (situacijoms), kurie išprovokuoja arba gali sukelti žalingas pasekmes.
 - 128.5. Gaisras – tai nekontroliuojamas degimas, sukiantis materialinius nuostolius, pavojų žmonių sveikatai bei gyvybei.
 - 128.6. Cheminė avarija - tai nenumatytas, staigus įvykis pavojingame objekte arba pervežant pavojingus krovinius (sprogimas, gaisras, pavojingų medžiagų išsiliejimas į aplinką), sukiantis staigų arba uždelstą pavojų žmonėms ar aplinkai.
 - 128.7. Radiacinė avarija - tai įvykis, kai, eksploatuojant įrengimus ar šaltinius, dėl įvairių priežasčių galima nenumatyta žmonių apšvita, viršijanti didžiausias jonizuojančios spinduliuotės (radiacijos) leistinas apšvitos dozes, bei aplinkos užteršimas radioaktyviomis medžiagomis.
 - 128.8. Avarinė apšvita - tai jonizuojančios spinduliuotės srauto žalingas poveikis žmogui, įvykus radiacinei avarijai.
 - 128.9. Išorinė apšvita susidaro, kai radioaktyvios medžiagos ar jų dalelės veikia žmogų, būdamas ore, iškritusios ant žemės paviršiaus ar nusėdusios ant žmogaus kūno paviršiaus.
 - 128.10. Vidinė apšvita atsiranda, kai radioaktyvių medžiagų dalelės patenka į žmogaus organizmą kvėpuojant, arba vartojant radioaktyviomis medžiagomis užterštą maistą, vandenį.
 - 128.11. Jodo profilaktika - tai jodo preparatų vartojimas, siekiant prisotinti organizmą stabiliojodu.

128.12. Stichiniai ir katastrofiniai meteorologiniai reiškiniai - tai tokie nevaldomi gamtos jėgų sukelti reiškiniai, kurie savo intensyvumu, poveikio būdu, išplitimo zona ir trukme gali padaryti daug žalos ūkiui, turtui, sukelti pavojų žmogaus sveikatai ir gyvybei.

128.13. Pavojingas objektas - visa veiklos vykdytojo valdoma teritorija, kur viename ar keliuose įrenginiuose, įskaitant ir su jais susijusią infrastruktūrą ar veiklą, nuolat arba laikinai gaminama, perdirbama, laikoma, perkraunama, naudojama, sandėliuojama arba neutralizuojama viena arba kelios pavojingos medžiagos ar jų atliekos, kurių kiekis prilygsta nustatytiems šios medžiagos ribiniams kiekiams arba juos viršija. Prie pavojingų objektų taip pat priskiriami hidrotechniniai statiniai.

128.14. Pavojinga medžiaga - tai medžiaga (ar jų mišinys), kuri dėl savo cheminių, fizinių ar toksinių (nuodingų) savybių pati arba jungdamasi su kitomis kelia pavojų žmogaus sveikatai, gyvybei ar aplinkai.

128.15. Pasekmės (padariniai) - tai ekstremalaus įvykio (situacijos) žalingas poveikis žmogui, turtui, ūkinei veiklai ir aplinkai, išreikštas kokybiniais bei kiekybiniais rodikliais.

128.16. Epidemija - tai žmonėms pavojingų infekcinių ligų išplitimas tam tikroje teritorijoje. Įvertinimo rodiklis - sergančiųjų skaičius konkrečios teritorijos gyventojų skaičiaus atžvilgiu.

129. Ekstremalios situacijos

129.1. Gamtinės. Tai stichiniai ir katastrofiniai hidrometeorologiniai reiškiniai (uraganai, liūtys, potvyniai), miškų ir durpynų gaisrai, masiniai susirgimai, ledo lyčių su žmonėmis atitrūkimai nuo kranto, ir kt.

129.2. Techninės. Tai įvairių technologinių procesų sutrikimai, dėl kurių kyla avarijos ar katastrofos (gaisrai, sprogimai, pavojingų medžiagų išsiliejimas, įvairios transporto priemonių bei naftotiekio ar dujotiekio avarijos).

129.3. Ekologinės. Tai oro, vandens telkinių, sausumos ar gyvosios gamtos žymūs kokybiniai ir kiekybiniai pakitimai (radioaktyvus bei ilgalaikis cheminis teritorijos užteršimas, smogo problema, vienos ar kelių gyvūnų ar augalų rūšių išnykimas, kokios nors gyvūnų (vabzdžių) rūšies didelis susikaupimas nedidelėje teritorijoje ir kt.).

129.4. Socialinės. Tai masinės riaušės, sporto aistrulių eisenos, blokados, provokacijos, diversijos, teroro aktai, o taip pat kariniai veiksmai mūsų šalyje ar kaimyninių valstybių teritorijose.

129.5. Kitos. Tai įvairūs pavojingi radiniai (radioaktyvios ar cheminės medžiagos, antro pasaulinio karo laikų šaudmenys, sprogmenys).

130. Paspėjimas ir informavimas: 140.1. elektros sirenos;

130.2. valstybinis ir teritorinis radijas, televizija ir kitos žiniasklaidos priemonės;

130.3. spec. automobiliai su garso stiprinimo - perdavimo įranga;

130.4. ūkio subjektuose naudojamos garsinės - signalinės priemonės;

130.5. transporto priemonių garsinės - signalinės priemonės;

130.6. telefoninio bei radijo ryšio priemonės;

130.7. pasiuntiniai.

140. Civilinės saugos signalai:

140.1. Dėmesio visiems! Tai pagrindinis įspėjamasis garsinis civilinės saugos signalas, perduodamas įjungus centralizuotai valdomas arba gamyklų, įmonių, laivų, garvežių, specialiųjų tarnybų automobilių sirenas. Juo atkreipiamas gyventojų dėmesys į tai, kad susidarė ypatingos aplinkybės ir jie privalo kuo greičiau įsijungti radiją ar televizorių (LTV programą), nes per šias visuomenės informavimo priemones bus perduodamas civilinės saugos signalas bei žodinis pranešimas apie susidariusią padėtį. Šis signalas gali būti skelbiamas iškilus bet kuriai grėsmei.

140.1. Radiacinis pavojus! Tai tiesioginės radioaktyviojo užteršimo grėsmės signalas.

140.2. Cheminis pavojus! Juo pranešama apie tiesioginio cheminio užteršimo grėsmę.

140.3. Uragano pavojus! Juo informuojama apie stichinio ar katastrofinio meteorologinio reiškinio grėsmę.

140.4. Potvynio pavojus! Tai signalas įspėjantis apie hidrologinio reiškinio - potvynio - grėsmę liūčių, sampūtų ar intensyvaus polaidžio metu pakilus upėse vandens lygiui.

140.5. Katastrofinis užtvindymas! Tai katastrofinio užtvindymo grėsmės signalas.

140.6. Oro pavojus! Tai signalas apie tiesioginę priešo aviacijos užpuolimo grėsmę.

140.7. Oro pavojaus atšaukimas! Tai signalas, pranešantis apie priešo aviacijos antskrydžio pabaigą.

142.8. Gali būti perduoti ir kiti pranešimai: apie stichines nelaimes, stambia avarijas, apie pranešimus dėl priemonių techninio patikrinimo, apie gyventojų evakuaciją.

143. Žmonių evakavimo planai pakabinami pastato visuose aukštuose.

144. Su evakuacijos planu supažindinami visi darbuotojai ir pakartotinai supažindinama kiekvienais metais.

145. Evakuacijos planą tvirtina mokyklos direktorius.
