**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ НАВЧАННЯ НАСЕЛЕННЯ**

**«ПЕРША ДОПОМОГА ПРИ УРАЖЕННІ ЕЛЕКТРИЧНИМ СТРУМОМ»**

У повсякденному житті тяжкі та навіть смертельні ураження електричним струмом можуть виникнути від зіткнення з несправними чайниками, прасками, переносними настільними лампами і іншими побутовими електроприладами, включеними у сіть.

Причини електротравм на виробництві – це **недотримання правил техніки безпеки**, недостатня технічна грамотність працюючих, несправність джерел електричного струму.

При ураженні струмом високої напруги (380-1000 вольт і більше) виникають опіки, зазвичай невеликих розмірів, але глибокі, іноді до кістки. Для контактних опіків характерні так звані знаки струму – невеликі сіруваті плями, щільні на дотик в місцях входу і виходу електричного струму.

У момент дії струму у більшості потерпілих порушується діяльність важливих центрів головного мозку і автономної нервової системи серця. Судорожно скорочуються окремі групи м’язів, наступає спазм голосової щілини, так що людина не може кричати, різко блідне, губи синіють, виступає холодний піт. Багато хто втрачає свідомість на декілька хвилин, а інколи і години. У важчих випадках зупиняється дихання та порушується робота серця, аж до його зупинки.

**П А М ’ Я Т А Й Т Е!**

**Першу допомогу ураженим електричним струмом – потрібно надавати на місці події негайно та одночасно викликати «Швидку допомогу» - 103.**

**Алгоритм надання першої допомоги при ураженнях електричним струмом**

1. Якнайшвидше звільните постраждалого від дії електричного струму, тому що через судоми він не може зробити цього сам.
   * Відключіть рубильник, вимикач, вигвинтіть запобіжник або перерубайте дріт сокирою або лопатою з деревною ручкою. Якщо під рукою виявляться ножиці, кусачки, ніж, то перш ніж перерізати дріт, обмотайте їх ручки гумою або сухою вовняною тканиною. Дріт можна відтягнути від потерпілого палицею, дошкою, дерев’яною лопатою. У інших випадках самого постраждалого потрібно відтягнути від дроту, взявшись за полу пальта, піджака, край сорочки, якщо вони сухі.
2. Не можна торкатися голої частини тіла постраждалого, інакше сам рятівник попаде під дію струму. Перед тим, як приступити до цих дій, на руки надягніть гумові або сухі вовняні рукавички, оберніть кисті вовняним светром або іншо-сухою тканиною. Для більшої безпеки ізолюйте себе від землі, вставши на суху дошку, фанерний щит, пластмасові або гумові предмети, сухий одяг. Якщо постраждалий високо над землею, то перед виключенням електричного струму розтягніть брезент або ковдру, щоб людина не розбилася при падінні.
3. Якщо після визволення від дії струму ознаки життя у постраждалого відсутні, потрібно негайно почати штучне дихання і закритий масаж серця і продовжувати, не перериваючи, до прибуття **«Швидкої допомоги» - 103.** При цьому зігрівайте постраждалий ковдрою, одягом, грілками.

У тому випадку, якщо до приїзду медичних працівників дихання та серцеву діяльність вам вдалося відновити, накладіть на уражену ділянку суху стерильну пов’язку. При невеликому опіку використайте звичайний бинт, при поширеному - чисті простирадла або тканину.

Не наносьте на місце опіку лікарських засобів — ні рідин, ні мазей, ні порошків!

**Н Е П Р И П У С Т И М О!**

* Втрачати час на пошуки вимикача електроструму, якщо можна перерубати або скинути електродріт предметом що не проводить електрострум.
* Торкатися потерпілого без попереднього знеструмленняю
* Припиняти реанімацію до появи ознак біологічної смерті.
* Наближатися до електродроту, що лежить на землі бігом або великими кроками.
* Закопувати ураженого в землю.Робити це ні в якому разі не можна! Жодного заряду електричного струму в тілі постраждалого не залишається. А закапування в землю шкідливо, тому що здавлюється грудна клітка постраждалого, а головне, втрачається дорогоцінний час необхідний для надання допомоги.

**П А М ’ Я Т А Й Т Е!**

Усіх уражених електрострумом потрібно доставляти в лікувальний заклад, причому обов’язково на ношах незалежно від самопочуття. Так треба зробити тому, що може знову настати розлад серцевої діяльності і дихання.

Щоб уникнути ураження електричним струмом дотримуйтеся правил користування побутовими електроприладами і правила техніки безпеки на виробництві.

Не намагайтеся, якщо у вас немає спеціальної підготовки і досвіду, усувати несправності в телевізорі, радіоприймачі, програвачі та інших побутових електроприладах.

Не користуйтеся побутовими електроприладами у ванній кімнаті, підвалах та інших сирих приміщеннях, а також коли на вас промоклий одяг і взуття. Підвищена вологість збільшує провідність струму, та небезпека електротравми різко зростає. Якщо вам потрібно змінити лампочку у ванні або іншому приміщенні з підвищеною вологістю, надягніть на ноги сухе гумове взуття, а на руки гумові або сухі вовняні рукавички.

Стежте за справністю електроприладів, вимикачів, штепселів, дротів.

Не залишайте дітей наодинці з електричними іграшками або побутовими приладами, включеними в електромережу.

**П А М ’ Я Т А Й Т Е!**

**ВИКОНАННЯ ЦИХ ПРАВИЛ ЗБЕРЕЖЕ ВАМ ЗДОРОВ’Я ТА ЖИТТЯ!**