

ЗАХИСТИ СВОЇ РУКИ

Травми кистей і пальців рук – одні з найбільш поширених інцидентів на виробництві.

До травм рук відносяться: садна, порізи, колені рани, опіки, хімічні опіки, розтягування, переломи, роздроблення, ампутація.

Причини, техніка та предмети, які приводять до травм:

- неуважність, поспіх;
- гострі предмети, різальні кути;
- важка техніка, що рухається;
- використання небезпечного методу підйому і переміщення важкості;
- використання невідповідних інструментів при виконанні робіт;
- неналежні засоби індивідуального захисту (ЗІЗ);
- несправні інструменти;
- безлад на робочому місці.

Яким би не було Ваше завдання. Заходи особистої безпеки:

- ретельно плануйте виконання робіт;
- визначайте небезпечні чинники і оцінюйте ризики;
- використовуйте належні методи контролю небезпечних чинників, які, щонайменше, повинні включати використання засобів індивідуального захисту рук;
- не економте час, якщо стосується захисту ваших рук;
- завжди користуйтеся інструментами, що відповідають виконуваній роботі, і перевіряйте їх справність;
- використовуйте відповідні засоби індивідуального захисту (ЗІЗ) для рук;
- підтримуйте порядок на робочому місці.

Якщо Ви не знайомі з технологічним процесом, інструментом, устаткування і правилами роботи з ним звертайтеся за консультацією до компетентних спеціалістів.

Засоби індивідуального захисту рук – рукавички або рукавиці. Важливо, щоб працівники використовували рукавички відповідно до потенційних небезпек, виявлених на робочому місці, а також з урахуванням розміру, форми, матеріалу, товщини і призначення, які забезпечать найкращий захист.

Пам`ятайте: рукавички є ДОПОМІЖНИМ засобом захисту, вони не звільняють від необхідності вживати запобіжні заходи і ретельно планувати роботу!

Правила безпеки при роботі з ножами:

- завжди тримайте ніж лезом від себе;
- використовуйте ніж по його цільовому призначенню;
- ніколи не намагайтеся відкривати ножем консервну банку/пляшку або використовувати ніж в якості викрутки;
- ніколи не ріжте предмет, що знаходиться у вас на руках;
- ніколи не намагайтеся упіймати ніж, що падає. Зробіть крок назад і почекайте, поки ніж впаде на підлогу.

При роботі з ручним інструментом:

- вибирайте ручні інструменти відповідно до виконуваної роботи;
- ніколи не використовуйте ручні інструменти з тріснутим/розхитаним руків'ям;
- підбирайте викрутку за розміром шурупа;
- ніколи не використовуйте молоток-обценьки в якості важеля;
- завжди змащуйте полотно пили перед початком роботи.

При вживанні гарячих напоїв застосовуйте наступні заходи обережності:

- використовуйте кухлі з ручками, термо-кружки або паперові скляночки з кришками, що щільно закриваються;
- будьте обережні, наповнюючи кувалку рідиною, що горить;
- не ставте кувалку з гарячими напоями на край столу/прилавку;
- будьте обережні при ходьбі, не пийте гарячі напої при управлінні транспортним засобом.

Основні правила надання першої медичної допомоги при травмі рук. При травмі рук дотримуйтесь правил надання першої медичної допомоги і зверніться по професійну допомогу:

- при порізах потрібно видалити чужорідний матеріал (якщо є); ретельно промийте рану водою; натисніть на місце порізу, щоб зупинити кровотечу; накладіть бактерицидний засіб і пов'язку ;
- при опіках – промийте опік під струменем холодної води, промокніть чистою серветкою, накладіть на опік стерильну пов'язку;
- при розтягуваннях потрібно накладити холодний компрес;
- при переломах тримайте руку в стані спокою до прибуття медичної допомоги;
- при ампутації потрібно накладити джгут, що давить, пов'язку на місце ампутації; помістити ампутовану кінцівку в стерильний пластиковий пакет і обкладіть пакет льодом; терміново викличте швидку допомогу.

Галузевий навчально-методичний центр охорони праці Південної залізниці