



РЕПУБЛИКА СРБИЈА
ПРАВОСУДНА АКАДЕМИЈА

ПРАВИЛНИК

О НАЧИНУ ПРУЖАЊА ПРВЕ ПОМОЋИ И ВРСТИ СРЕДСТАВА КОЈИ
МОРАЈУ БИТИ ОБЕЗБЕЂЕНИ НА РАДНОМ МЕСТУ

Београд, јануар 2019. године

Члан 1.

Овим правилником прописују се начин пружања прве помоћи, врсте средстава и опреме који морају бити обезбеђени на радном месту.

Члан 2.

Послодавац је дужан да обезбеди пружање прве помоћи, да оспособи одговарајући број запослених за пружање прве помоћи и обезбеди средства и опрему за пружање прве помоћи узимајући у обзир процењене ризике, организацију, природу и обим процеса рада, број запослених који учествују у процесу рада, број радних смена, број локацијски одвојених јединица, учесталост повреда на раду и удаљеност до најближе медицинске помоћи.

Пружање прве помоћи мора бити организовано на начин да је прва помоћ доступна сваком запосленом током радног времена, у свим сменама и на свим локацијама.

Члан 3.

Позивање медицинске помоћи ни на који начин не сме да утиче на одлагање пружања прве помоћи.

Прва помоћ пружа се повређенима и нагло оболелима на раду у складу са савременим методама пружања прве помоћи.

Пружањем прве помоћи мора да се, без одлагања, обезбеди отклањање непосредне опасности по живот и здравље повређеног или нагло оболелог.

Пружање прве помоћи обезбеђује се сагласно Упутству и поступцима за пружање прве помоћи (Прилог 1) који је одштампан уз овај правилник и чини његов саставни део.

Члан 4.

Послодавац је дужан да обезбеди да за сваку радну смену и локацијски одвојену јединицу буде присутан најмање један запослени који има завршено основно оспособљавање за пружање прве помоћи.

Послодавац је дужан да обезбеди да при раду на радном месту са повећаним ризиком буде присутан најмање један запослени са завршеним напредним оспособљавањем за пружање прве помоћи.

Послодавац одлучује о броју запослених који ће завршити оспособљавање и који ће бити задужени за пружање прве помоћи, а на основу процене њихове способности за извођење поступака пружања прве помоћи, а нарочито обухваћених напредним оспособљавањем.

Члан 5.

Послодавац је дужан да све запослене упозна који запослени су одређени и оспособљени за пружање прве помоћи.

Члан 6.

Средства и опрема за пружање прве помоћи морају да се налазе и да буду доступна на свим местима где услови рада то захтевају и обележена у складу са прописима.

Послодавац је дужан да обезбеди зидни ормарић или преносиву торбу за пружање прве помоћи у радним просторијама и просторима намењеним за рад на отвореном.

Један ормарић или преносива торба за пружање прве помоћи довољни су до 20 запослених, од 20 до 100 запослених и даље на сваких 100 запослених, још по један ормарић или преносива торба.

Члан 7.

У зидном ормарићу или преносивој торби за пружање прве помоћи морају се налазити само средства и опрема која су за то намењена, а нарочито:

- 1) стерилна компреса од газе – појединачно паковање 10 x 10 cm (5 ком.);
- 2) стерилна газа по 1/4 m – појединачно паковање 80 x 25 cm (5 ком.);
- 3) стерилна газа по 1/2 m – појединачно паковање 80 x 50 cm (5 ком.);
- 4) стерилна газа по 1 m – појединачно паковање 80 x 100 cm (5 ком.);
- 5) калико завој 10 cm x 5 m (5 ком.);
- 6) калико завој 8 cm x 5 m (5 ком.);
- 7) лепљиви фластер на катуру 2,5 cm x 5 m (2 ком.);
- 8) лепљиви фластер са јастучићем (1 кутија);
- 9) троугла марама величине 100 x 100 x 140 cm (5 ком.);
- 10) игла сигурница (5 ком.);
- 11) маказе са заобљеним врхом (1 ком.);
- 12) рукавице за једнократну употребу, пар (5 ком.);
- 13) памучна вата, 100 g (2 ком.);
- 14) нејодно антисептичко средство за кожу, 100 ml (1 ком.);
- 15) спецификација садржаја (1 ком.).

Поред средстава и опреме у зидном ормарићу или преносивој торби мора се налазити и Упутство и поступци за пружање прве помоћи (Прилог 1), а исти морају бити истакнути у просторијама послодавца на видном и лако уочљивом месту.

Члан 8.

Послодавац је дужан да средства и опрему за пружање прве помоћи одржава у уредном стању и да утрошена средства и опрему за пружање прве помоћи из зидног ормарића или преносиве торбе из члана 7. овог правилника допуну одмах.

Члан 9.

Зидни ормарић мора да буде смештен на лако доступном месту, коме је приступ познат и омогућен сваком запосленом. На спољашњој страни ормарића мора да се налази знак црвеног крста.

На зидном ормарићу мора да буде означена:

- 1) адреса и број телефона најближе службе хитне помоћи и здравствене установе;
- 2) адреса и број телефона здравствене установе која пружа специфичне услуге за поједине повреде (нпр. Центар за тровања, Центар за опекотине итд.);
- 3) бројеви телефона најближе полицијске станице и ватрогасне службе;
- 4) бројеви телефона и имена запослених одређених и оспособљених за пружање прве помоћи.

Члан 10.

Зидни ормарић за пружање прве помоћи може бити закључан.

Ако послодавац одлучи да зидни ормарић буде закључан, дужан је да све запослене упозна где се налази кључ и резервни кључ од зидног ормарића за пружање прве помоћи. Кључ мора бити доступан у свим фазама процеса рада.

Члан 11.

Прву помоћ повређеном или нагло оболелом, пружа запослени који има завршено оспособљавање за пружање прве помоћи.

За сваку повреду или нагло насталу болест потребно је да се позове и запослени са завршеним напредним оспособљавањем за пружање прве помоћи.

Запослени на радним местима са повећаним ризиком у току оспособљавања за безбедан и здрав рад морају бити оспособљени да сами себи помогну, уколико им стање то дозвољава.

Члан 12.

Оспособљавање запослених обухвата теоријски и практични део и мора се прилагодити процењеним ризицима на радном месту и спроводи се према Програму оспособљавања из прве помоћи, а садржина програма мора да обухвати основно оспособљавање из прве помоћи за сва радна места у радној околини и напредно оспособљавање из прве помоћи за радна места са повећаним ризиком.

Оспособљавање запослених из прве помоћи врши се сваких пет година.

Члан 13.

Запослени који су завршили обуку из прве помоћи и лица која су положила испит из прве помоћи у складу са другим прописима ослобођени су обавезе основног оспособљавања из прве помоћи до истека рока од пет година.

Члан 14

Овај правилник ступа на снагу одмах а почиње да се примењује од 1.3.2019.године.

У Београду, 11.2.2019. године

Бојан Ранђеловић

Дипл.инж.заштите на раду

Ненад Вујић

Директор

УПУТСТВО И ПОСТУПЦИ ЗА ПРУЖАЊЕ ПРВЕ ПОМОЋИ

1. Упутство о начину пружања прве помоћи

У случају несреће и повреде на раду потребно је имати јасан план корака које ћете предузети:

1.) Сачувајте прибраност

Уколико сте јако узнемирени, потребно је да застанете на тренутак. Успорите и умирите дисање и сетите се поступака које је потребно применити.

2.) Процените да ли је место несреће безбедно и отклоните постојеће опасности

Утврдите да ли постоји опасност која може угрожити вас или остале присутне на месту несреће (механичка опасност, изливање опасне течности или испуштање гаса, опасност од експлозије, пожара, рушења, затрпавања, од опасног дејства електричне струје и сл.). Уколико је потребно обавестите специјализоване службе да отклоне извор опасности. Ангажујте некога од присутних да вам у томе помогне.

3.) Процените да ли је некоме озбиљно угрожен живот

За сваког повређеног утврдите:

- (1) Да ли је свестан?
- (2) Да ли му је дисајни пут проходан?
- (3) Да ли дише?
- (4) Да ли видљиво јако крвари?
- (5) Да ли сме да се помера?

4.) Пружите неопходне мере прве помоћи најугроженијима

Хитно пружање помоћи потребно је код особа са срчаним застојем, особа без свести, особа којима је угрожено дисање и особама које јако крваре.

5.) Обавестите надлежне хитне службе (службу хитне медицинске помоћи, полицију)




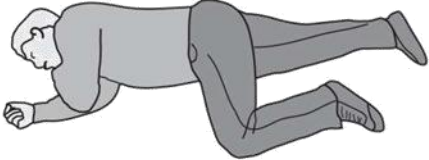
Шта треба да саопштите хитној служби:

- (1) Ко зове (представити се), одакле зовете и са ког броја телефона;
- (2) Где се несрећа догодила (дати што прецизнију локацију);
- (3) Шта се десило (да ли има повређених, да ли прети нека опасност од избијања пожара или др.);
- (4) Колико има повређених лица и да ли је неко у животној опасности.



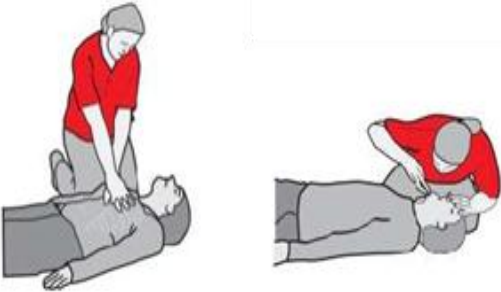
6.) Останите уз повређене и брините о њима до доласка хитних служби.

2. Основни поступци пружања прве помоћи

2.1. Поступак са особом без свести

<p>1. Покушајте да успоставите контакт са повређеним</p> <p>Обратите се гласно и разговетно:</p> <p>-Да ли сте добро? -Да ли ме чујете? -Отворите очи!</p>	
<p>2. Ако особа не реагује, отворите јој дисајни пут.</p> <p>Изведите то на следећи начин:</p> <p>-притисните чело дланом једне руке и -подигните врх браде са два прста друге руке.</p>	
<p>3. Проверите да ли особа дише.</p> <p>Приближите се лицу жртве, затим:</p> <ul style="list-style-type: none">- посматрајте покрете грудног коша,- слушајте дисајни шум,- осетите дах на свом образу.	
<p>4. Ако особа дише, поставите је у бочни положај за опоравак.</p> <p>Позовите службу хитне помоћи.</p> <p>Обезбедите да дисајни пут буде проходан и стално пратите дисање жртве.</p> <p>Покушајте да утврдите узрок бесвесног стања.</p>	

2.2. Поступак са особом без свести и дисања – мере оживљавања


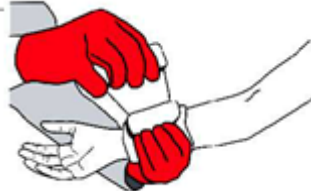
<p>1. Ако је особа без свести и дисања, одмах обавестите службу хитне помоћи и започните мере оживљавања (кардиопулмоналне реанимације).</p>	
<p>2. Извршите 30 притисака на грудни кош жртве:</p> <ul style="list-style-type: none">- Поставите руке на средину грудног коша тако да длан једне руке стоји преко другог вашег длана и да вам руке буду опружене у лакту,- Извршите 30 притисака на грудни кош потискујући га за 5-6 cm, брзином 100 до 120 у минути.	
<p>3. Дајте два удаха жртви вештачким дисањем:</p> <ul style="list-style-type: none">- Затворите прстима нос жртве,- Прислоните своја уста преко уста жртве и удувајте један свој нормалан удах. Пратите да ли се при томе подиже грудни кош жртве,- Сачекајте да се грудни кош спусти и поновите удување.	
<p>4. Наставите поступак оживљавања до доласка хитне службе.</p> <p>Понављајте циклус 30 притисака на грудни кош и 2 удувавања „уста на уста”.</p> <p>Уколико не можете или не желите да дајете вештачко дисање, онда вршите само масажу срца ритмичним притисцима на грудни кош жртве брзином од 100 до 120 у минути.</p>	

2.3. Заустављање крварења

<p>1. Ако особа јако крвари учините следеће:</p> <ul style="list-style-type: none">- помогите јој да легне,- извршите директан притисак на рану, преко газе у заштитним рукавицама.	
<p>2. Поставите компресивни завој.</p> <p>(У даљем тексту упутства погледати начин постављања компресивног завоја).</p>	
<p>3. Поставите особу у положај аутотрансфузије.</p> <p>Након тога:</p> <ul style="list-style-type: none">- контролишите да ли крв пробија завој тј. да ли је крварење заустављено,-проверите да ли је угрожена циркулација испод места превијања,-пратите дисање и пулс повређене особе.	

2.4. Компресивни завој


Компресивни завој се користи у првој помоћи за заустављање јаких крварења. Поставићете га на следећи начин:

1. Преко ране поставите стерилну газу.	
2. Преко газе поставите неразвијену ролну завоја тачно изнад места крварења (завој или други одговарајући материјал).	
3. Довољно притискајући постављени завој, превијте рану.	
4. Овако постављен завој директно врши притисак на повређени крвни суд у рани, па ће крварење бити заустављено. Ако крв пробије све слојеве компресивног завоја и појави се на површини, притисак се може појачати још једним завојем.	

Није препоручљиво да компресивни завој стоји дуже време (оптимално је 2 до 3 сата).

Компресивни завој се никада не поставља на врат!

2.5. Заустављање крварења из носа

<ol style="list-style-type: none">1. Помозите особи да заузме седећи положај са главом лако нагнутом према напред.2. Реците јој да притисне ноздрве са два прста.3. Упутите је да дише на уста, да не кашље, не шмрче и не гута крв.4. Дајте јој чисту марамицу или сличан материјал да се брише.	
--	--

Крварење из носа би требало да престане за 10-так минута. Ако крварење траје дуже од 30 минута, треба обезбедити транспорт повређеног у здравствену установу у положају у коме му је пружана помоћ.

2.6. Поступак код тровања

Отрови су материје које својим саставом или количином унетом у организам доводе до поремећаја грађе и функције ткива и органа. Отров се може унети у организам путем органа за варење, преко дисајних путева и преко коже и слузокоже.

Опште мере прве помоћи код тровања:

- 1.) Идентификовати отров (према оригиналном паковању, изгледу, мирису отровне материје или начину понашања отроване особе).
- 2.) Прекинути контакт отрова са организмом.
- 3.) Обавестити одговарајућу хитну службу.
- 4.) Применити специфичне мере прве помоћи према инструкцијама за дату врсту отрова.
- 5.) Пратити свест и дисање отроване особе. У случају погоршања стања (губитак свести, престанак дисања) применити одговарајуће мере прве помоћи.

Поступак прве помоћи код тровања у зависности од начина уноса отрова:

- 1.) Ако је у питању унос отрова на уста, упутно је изазвати повраћање код отроване особе осим ако су у питању корозивне материје. Поступак понављати до добијања бистрог

садржаја без мириса. На крају размутити 30 грама активног угља у чаши воде и дати унесрећеном да попије. Напомена: Не смете изазивати повраћање код деце млађе од 5 година, особа са менталним поремећајем, особа са поремећајем свести, као и код стања шока.

2.) Ако је отров унет инхалацијом (удисањем) прва помоћ подразумева да се отрована особа најхитније изведе или изнесе на чист ваздух. Обратити пажњу да ли у устима има страног тела (садржај) и одстранити га. Пажљиво пратити дисање.

3.) Ако је у питању контаминација коже, уклонити одећу са контаминираниог дела и кожу обилно испирати текућом водом. Не примењивати хемијске антидоте и добро пазити да не контаминирате себе.

4.) Ако је у питању контаминација очију раздвојити очне капке и испирати очи благим млазом текуће воде у трајању од 15-30 минута. Забрањено је стављати хемијске антидоте у очи!

Када обавештавате хитну помоћ, важно је знати да им се тада мора пренети што више информација о отрову, да би могли да се припреме за одговарајућу интервенцију! Било би корисно пренети следеће информације:

- 1.) физичко стање отрова – гас, течност, чврста супстанца;
- 2.) мирис отрова;
- 3.) заштићени назив отрова;
- 4.) декларисана намена отрова;
- 5.) прочитати делове или цео састав отрова с етикете;
- 6.) упозорење о томе да ли је отров запаљив или не.

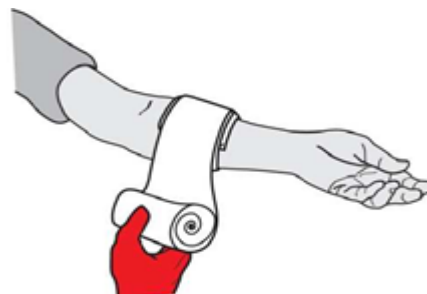
3. Упутство за коришћење средстава и опреме за пружање прве помоћи

1.) Стерилна газе служи за покривање површине ране. При коришћењу стерилне газе не смете додиривати онај део газе који се непосредно ставља на рану. Фиксирање газе се врши завојном траком калико завоја или троуглом марамом. При коришћењу стерилне газе, одаберите ону величину која може да обухвати површину ране у целини. За покривање рана које више крваре, користите стерилну газу од $\frac{1}{2}$ и 1 m, јер она има више слојева и има добра упијајућа својства.

2.) Калико завој спада у нестерилни завојни материјал и служи за фиксирање материјала којим је покривена рана, за контролу крварења (компресивни завој) или за имобилизацију повређеног дела тела. При употреби завоја, изаберите ону ширину завоја која одговара делу тела који желите да превијете.



Употреба стерилне газе



Употреба калико завоја

3.) Троугла марама служи за фиксацију материјала којим се прекрива рана. Најпогоднија је за брзо превијање повреда поглавине, шаке, стопала или колена. Троугла марама се такође користи као средство за имобилизацију повређеног дела тела. Троугла марама је произведена од памучног материјала, растегљива је по својој бази, тако да лако пријања уз део тела који желимо да покријемо.



Имобилизација руке троуглом марамом



Имобилизација ноге троуглом марамом

4.) Лепљиви фластер са јастучићем се користи за покривање малих посекотина и огреботина. Садржи јастучић од газе или целулозе који је постављен на лепљив фластер.

Приликом постављања, очистите и осушите кожу у околини ране, како би лепљиви део добро приањао на кожу.

Лепљиви фластер на котуру се користи за причвршћивање компреса газе, код мањих повреда, код којих се не користи завој. Може се користити и за фиксирање завршног краја завоја или троугле мараме (уместо игле сигурнице).

5.) Маказе са заобљеним врхом служе за сечење одела по шаву, да би се рана на телу учинила доступном (не треба оштетити одећу повређеног, ако то није неопходно у циљу збрињавања!). Маказе такође могу да се користе и за сечење завојног материјала, фластера или слично.

6.) Рукавице се користе као заштита од преношења инфекције са повређеног на особу која пружа прву помоћ и обрнуто. Врло је важно користити их приликом збрињавања рана.