

PATVIRTINTA:

Skuodo Bartuvos progimnazijos direktoriaus

(dokumento sudarytojo pavadinimas)

2024m. vasario 28d. įsakymu Nr. VI-20

(data, dokumento rūšies pavadinimas)

PEDAGOGO

(darbuotojo profesijos pavadinimas)

DARBUOTOJO SAUGOS IR SVEIKATOS INSTRUKCIJA Nr. 23**I. BENDROJI DALIS**

- 1.1. Dirbti pedagogu gali asmenys, turintys atitinkamą pedagoginį išsilavinimą, praėję privalomą (periodinį) sveikatos patikrinimą, išklause (pasirašytinai) įvadinį saugos ir sveikatos, saugos ir sveikatos darbo vietoje, gaisrinės saugos instruktavimus, elektroaugos neelektrotechninio personalo instruktavimus.
- 1.3. Darbuotojai periodiškai instruktuojami pagal įstaigoje nustatytą instruktavimo tvarką.
- 1.4. Draudžiama ateiti į darbą neblaiviam, darbo metu vartoti alkoholinius gėrimus, naudoti narkotines bei toksines medžiagas.
- 1.5. Draudžiama atsinešti į įstaigos teritoriją, darbo vietą alkoholinius gėrimus, narkotines, chemines, sprogstamąsias medžiagas.
- 1.6. Darbuotojas, pastebėjęs kitą neblaivų darbuotoją, privalo apie tai nedelsdamas pranešti administracijai, esant reikalui, imtis priemonių galimai nelaimei užkirsti.
- 1.7. Darbo ir poilsio režimas:
 - 1.7.1. konkretus darbo ir poilsio režimas, papildomų ir specialių pertraukų skaičius, poilsio vieta nustatomi darbo tvarkos taisyklėse;
 - 1.7.2. pietų pertrauka ne trumpesnė kaip 30 min.
- 1.8. Rūkyti tik specialiai tam skirtose vietose, aprūpintose pirminėmis gaisro gesinimo priemonėmis.
- 1.9. Gaisrinės saugos reikalavimai:
 - 1.9.1. vengti veiksmų, sudarančių sąlygas kilti gaisrui;
 - 1.9.2. mokykloje rūkyti draudžiama.
 - 1.9.3. Žinoti pirmines gesinimo priemones, mokėti jomis naudotis.

- 1.10. Mokėti suteikti ir supažindinti moksleivius su pirmosios pagalbos teikimo metodais susižeidus, apsinuodijus, staiga susirgus. Išmokyti moksleivius teikti pirmąją pagalbą skęstančiajam, supažindinti su gaivinimo būdais.
- 1.11. Asmens higienos reikalavimai:
 - 1.11.1. nevalgyti darbo vietoje ir nelaikyti maisto produktų;
 - 1.11.2. palaikyti švarą ir tvarką darbo vietoje.
- 1.12. Įvykus nelaimingam atsitikimui, būtina nukentėjusiam suteikti pirmąją pagalbą. Reikalui esant, iškviešti skubiąją medicinos pagalbą **bendruoju pagalbos telefonu – 112.**
- 1.13. Įvykus nelaimingam atsitikimui arba staigiai mokiniui susirgus, mokytojas nedelsiant turi iškviešti skubiąją medicinos pagalbą **bendruoju pagalbos telefonu – 112.**
- 1.14. Darbuotojui pažeidusiam šios instrukcijos reikalavimus, taikoma LR įstatymų nustatyta atsakomybė.

II. PROFESINĖS RIZIKOS VEIKSNIAL SAUGOS PRIEMONĖS NUO JŲ POVEIKIO

- 2.1. Pavojingi ir kenksmingi profesinės rizikos veiksniai:
 - 2.1.1. elektros srovės poveikis. Paveikus elektros srovei, netenkama sąmonės, sutrinka arba nutrūksta širdies veikla ir kvėpavimas.
 - 2.1.2. netvarkinga darbo vieta, netvarkingai sudėtos cheminės medžiagos, netvarkingos mokymo priemonės - galimos traumos;
 - 2.1.3. slidžios, nelygios - galimos traumos;
 - 2.1.4. nervinė įtampa – dėl dėmesio paskirstymo mokiniams;
 - 2.1.5. balso stygų uždegimas - dėl pastovaus kalbėjimo, dainavimo;
 - 2.1.6. galimos infekcijos nuo sergančių mokinių.
 - 2.1.7. neatsargus lipimas laiptais – galimos traumos;
 - 2.1.8. dulkės, alergiškai veikiančios visą organizmą – galimi uždegimai, alerginės ir profesinės ligos;
 - 2.1.9. bloga ventiliacija.
 - 2.1.10. laiku nepastebėtas elektros įrenginių gedimas – galimos traumos;
 - 2.1.11. Covid-19, gripo virusai.
- 2.2. Saugos priemonės:
 - 2.2.1. apsisaugojimui nuo elektros traumų reikia sekti, kad nebūtų pažeista laidų ir kabelių izoliacija, įrenginiai turi būti patikimai įžeminti;
 - 2.2.2. saugantis nuo griuvimo, laidus, kabelius ir atliekas sudėti tvarkingai, sausai išvalyti slidžias grindų dangas;

- 2.2.3. apsisaugojimui nuo galimų traumų, laikytis mechanizmų, įrengimų eksploatavimo instrukcijų reikalavimų, naudoti tvarkingas darbo priemones;
- 2.2.4. darbuotojo darbo vieta turi būti įrengta taip, kad šviesos šaltiniai (langai, ryškiai dažytos sienos, įrenginiai) neakintų darbuotojo;
- 2.2.5. darbo stalas turi būti didelis, kad darbuotojas, galėtų patogiai išdėstyti darbo priemones;
- 2.2.6. darbo vietos apšvietumas turi atitikti higienos normas;
- 2.2.7. darbo vieta turi būti įrengta taip, kad darbuotojas galėtų laisvai prie jos prieiti, darbuotojui turi būti pakankamai erdvės judėjimui darbo vietoje;
- 2.2.8. saugantis nuo infekcinių ligų, gripo epidemijų metu sklindančių virusų, būtina laikytis asmeninės higienos taisyklių, naudoti kvėpavimo organų ir rankų saugos priemones;
- 2.2.9. saugantis nuo persišaldymų dėl nuolat varstomų mokyklos išorinių durų sukeltų skersvėjų, darbuotojas privalo šiltai apsirengti, avėti šiltą avalynę. Durys į pagalbines patalpas turi sandariai užsidaryti;
- 2.2.10. esant nervinei įtampai dėl irzlių auklėtinių, mokytojas turi stengtis susivaldyti, išlaikyti rimtį, nesivelti į barnius su mokiniais;
- 2.2.11. atsižvelgus į krovinio kėlimo aukštį ir atstumą nuo darbuotojo kūno, reglamentuojamas krovinio svoris svyruoja nuo 3 iki 16 kilogramų moterims ir nuo 5 iki 25 kilogramų vyrams;

III. DARBUOTOJO VEIKSMAI PRIEŠ DARBO PRADŽIĄ

- 3.1. Patikrinti ar tvarkingos mokymo priemonės, su kuriomis reikės dirbti.
- 3.2. Vizualiai patikrinti elektros įrenginius, su kuriais dirbama:
 - 3.2.1. ar jie įžeminti (įnulinti);
 - 3.2.2. ar nenutrūkę elektros laidai, ar nepažeista jų izoliacija;
 - 3.2.3. ar įrenginį jungiantys laidai su elektros tinklu nesiliečia prie kraštų, drėgnų tepaluotų paviršių, trosų, aštrių briaunų, kitų įžemintų įrenginių, centrinio apšildymo radiatorių, vamzdžių;
 - 3.2.4. ar laidai apsaugoti nuo atsitiktinių mechaninių pažeidimų. Laidai turi būti jungiami taip, kad nebūtų gakisų ant jų užlipti ar einant už jų užsikabinti;
 - 3.2.5. ar tvarkinga elektros kabelio įjungimo šakutė, elektros šaltinis, į kurią jungiamas įrenginys.
- 3.3. Elektros įjungimo šakutės (kištukai) turi netikti įjungimui į aukštesnės įtampos tinklą.
- 3.4. Pastebėjus kokius nors gedimus, keliančius pavojų darbo saugumui, darbas mokymo kabinete nepradedamas tol, kol nebus pataisyti rasti gedimai.

- 3.5. Draudžiama pačiam taisyti elektros prietaisus ir kitus įrengimus. Tai atlikti turi darbuotojas, turintis elektrotechninio personalo reikiamą kvalifikaciją.
- 3.6. Apie pastebėtus trūkumus informuoti mokyklos administraciją ar vadovą.

IV. DARBUOTOJO VEIKSMAI DARBO METU

- 4.1. Pamokų metu pastoviai stebėti įrenginių, prietaisų tvarkingumą, užsiėmimo vietos tvarkingumą, moksleivių elgesį užsiėmimų metu.
- 4.2. Darbuotojui draudžiama:
- 4.2.1. laikyti vaistus, dezinfekcijos priemonės, degtukus, adatas vaikams prieinamose vietose;
 - 4.2.2. leisti mokiniams žaisti aštriais daiktais, mėtytis iš jų;
 - 4.2.3. palikti be priežiūros mokinius be priežiūros.
- 4.3. Šventinių pasirodymų metu draudžiama:
- 4.3.1. užkulisuose stovėti priešais ir po apšvietimo prožektoriais;
 - 4.3.2. draudžiama atidarinėti elektros paskirstymo dėžutes, skydelių dureles, keisti saugiklius, taip pat atlikti elektros įrengimų remonto darbus. Atlikti bet kokius elektros įrenginių darbus turi teisę tik specialiai tam apmokytas personalas;
 - 4.3.3. eiti prie nutrūkusio gulinčio ant žemės elektros laido;
 - 4.3.4. lipti laiptais reikia viena ranka laikantis už barjero, nesudarant susigrūdimo;
 - 4.3.5. iš scenos eiti į žiūrovų salę, jeigu joje neįjungti avarinio apšvietimo šviestuvai.
- 4.4. Darbas su elektros įrenginiais.**
- 4.4.1. eksploatuojant elektros įrenginius draudžiama:
 - 4.4.1.1. naudotis netvarkingomis rozetėmis, kištukais, jungikliais bei kita elektros instaliacijos įranga;
 - 4.4.1.2. į vieną elektros maitinimo šaltinį jungti kelis didelio galingumo prietaisus, kurių elektros srovės poreikis viršija instaliacijos laidų elektros srovės pralaidumą.
 - 4.4.2. Nepalikti be priežiūros elektros įrenginių, įjungtų į elektros tinklą, išskyrus tuos, kurie turi būti įjungti pastoviai.

V. DARBUOTOJO VEIKSMAI AVARINIAIS (YPATINGAIS) ATVEJAIS

- 5.1. Įvykus nelaimingam atsitikimui, būtina pranešti įstaigos direktoriui, kreiptis į PSPC, o reikalui esant, iškviesti skubiąją medicinos pagalbą ir iki tyrimo pradžios išsaugoti įvykio vietą tokią, kokia buvo nelaimingo atsitikimo metu, jei tai negresia darbuotojų gyvybei. Jei nelaimingo atsitikimo metu nukentėjusiojo nugabenti į ligoninę ar iškviesti gydytojo nėra galimybės, suteikti pirmąją pagalbą:

5.1.1. susižeidus:

- pirmoji pagalba sužeistajam teikiama švariomis rankomis. Negalima žaizdos liesti. Odą apie žaizdą (1-2 cm) reikia dezinfekuoti vandenilio peroksido tirpalu, sumirkyta vata patepti žaizdą „Betadino“ joduotu tirpalu. Žaizda aprišama steriliu pirmosios pagalbos paketu ar kita sterilia medžiaga. Negalima liesti vidinės tvarsčio pusės, kuri dedama ant žaizdos. Negalima plauti žaizdos vandeniu.

5.1.2. stabdant kraujavimą:

- kraujavimas būna arterinis, veninis, kapiliarinis. Staigiai netekęs trečdaliao ar ketvirtadaliao kraujo žmogus gali mirti, todėl prasidėjus kraujavimui, ypač arteriniam, kuo skubiausiai jį reikia sustabdyti. Arterinis kraujas yra šviesiai raudonas ir trykšta stipriai, pulsuojančia srove. Veninis kraujas yra tamsiai raudonas ir teka lygia, kartais stipriai srove. Jei kraujavimas yra kapiliarinis, kraujas iš žaizdos laša, rasoja.

Kraujavimą galima sustabdyti keliais būdais. Kraujuojant arterijai, kraujagyslė užspaudžiama pirštais aukščiau žaizdos, po to toje vietoje uždedamas guminis varžtis. Kraujuojant venai, varžtis uždedamas apačioje žaizdos. Kraujuojant kapiliarams ir smulkioms venoms, užtenka spaudžiamojo tvarsčio: sterilus tvarstis dedamas ant žaizdos, virš jo – storas vatos, marlės ar lignino sluoksnis ir stipriai subintuojama.

Suveržiant galūnę varžčiu, po juo reikia padėti minkšto audinio. Vietoj varžčio galima panaudoti odinį diržą, audeklinę juostą. Po varžčių įdedamas raštelis, kuriame nurodoma, kad galūnė užveržta – varžčio negalima laikyti ilgiau kaip dvi valandas. Jei iki to laiko nukentėjusiojo nepavyksta nugabenti į gydymo įstaigą, varžtį reikia 2 – 5 minutėms nuimti, tuo metu kraujagyslę užspausti pirštais;

5.1.3. lūžus kaulams:

- automobilių avarijose lūžus kaului, lūžgaliai sužaloja minkštuosius audinius, apie lūžio vietą patinsta. Judindamas galūnę, žmogus jaučia skausmą, jis negali pakelti lūžusios rankos, remtis lūžusia koja. Jei lūžio vietoje pažeidžiama oda, lūžis vadinamas atviru.
- Teikiant skubiąją pagalbą, svarbiausia mobilizuoti lūžusius kaulus, kad jie nejudėtų. Tam naudojami įtvarai. Be specialių įtvarų, galima naudoti įvairias lenteles, faneros gabalus, lazdas, kartono plokštes ir kitus daiktus. Dedant įtvarus, svarbu nesuspausti ir nepažeisti minkštųjų audinių, todėl jie apvyniojami marle ar kita plona medžiaga, ant jų dedama vatos ar kitokios minkštos medžiagos. Įtvarai tvirtinami marliniais tvarsčiais, vyniojant juos nuo galūnės apačios į viršų. Negalima tampyti pažeistos galūnės, mėginti atstatyti deformuotos vietos.
- Atvirojo lūžio atveju žaizdos kraštus reikia patepti joduotu tirpalu, ant žaizdos ir išsikišusių lūžusių kaulų galų uždėti sterilų tvarstį ir jį pritvirtinti. Jeigu žaizda labai kraujuoja, dedamas varžtis;

5.3. Kilus gaisrui, reikia iškviesti ugniagesius bendruoju **pagalbos telefonu – 112;**

ir turimomis pirminėmis gaisro gesinimo priemonėmis gesinti gaisrą, nedelsiant informuoti įstaigos tiesioginį vadovą. Kilus pavojui sveikatai arba gyvybei, išeiti iš pavojingos zonos.

5.2. Įvykus nelaimingam atsitikimui darbe, pakeliui į darbą arba iš darbo, reikia pačiam arba per kitus asmenis pranešti įstaigos direktoriui apie atsitikimą ir jo aplinkybes.

VI. DARBUOTOJO VEIKSMAI BAIGUS DARBĄ

6.1. Baigus darbą mokymo kabinete išjungti elektros prietaisus.

6.2. Sutvarkyti darbo vietas, sudėti instrumentus. Darbo priemones sudėti į jiems skirtas vietas.

6.3. Įsitikinti, kad kabinete nėra pasilikusių mokinių, išeinant užrakinti duris.

6.4. Apie pastebėtus saugaus darbo, gaisrinės saugos pažeidimus pranešti mokyklos administracijai.