

## **ПАМЯТКА ПО БЕЗОПАСНОМУ ОБРАЩЕНИЮ С ЭЛЕКТРИЧЕСКИМИ ПРИБОРАМИ В БЫТУ**

Электрическая энергия как самая универсальная и удобная для использования форма энергии – верный помощник человека в производстве и в быту, поэтому окружающее нас пространство насыщено электрическими приборами.

В домашнем хозяйстве находит применение большое количество электроприборов (телевизоры, стиральные машины, плиты, утюги и пр.), питающихся от сети 220В, которую часто называют «низковольтной» и ошибочно считают безопасной. Неумелое или небрежное обращение с указанной бытовой электротехникой представляет серьезную угрозу здоровью и жизни людей.

Электрический ток поражает внезапно, в тот момент, когда человек оказывается включённым в цепь прохождения тока.

Относительно безопасным принято считать ток в 0,5 мА.

Ток в 3-5 мА вызывает раздражающее действие.

При 8-10 мА боль охватывает всю руку и сопровождается судорожными сокращениями мышц кисти. Такой ток называют «болевым».

Ток в 10-15 мА называется «не отпускающим» – человек не может самостоятельно оторваться от проводов (разорвать цепь тока, в которую он попал).

Ток величиной 25-50 мА приводит к нарушению в работе лёгких и сердца, он опасен для жизни. При длительном воздействии на организм человека ток такой величины может вызвать остановку сердца и прекращение дыхания.

Начиная с величины 100 мА, протекание тока через человека вызывает фибрилляцию сердца (судорожные неритмичные сокращения сердца) и сердце перестает работать. Такой ток называется пороговым фибрилляционным током, он также смертелен.

**ПОМНИТЕ! Ток, протекающий в бытовой электросети, составляет 5-10А и намного превышает смертельный!**

Действие электрического тока на организм человека приводит к электрической травме и гибели.

### **Признаки электротравмы:**

- возможно обморочное состояние, остановка дыхания, судороги, параличи;

- на коже могут возникнуть термические ожоги («знаки тока» или «знаки молнии») - участки кожи желтовато-бурого цвета или древообразные разветвлённые красные полосы;
- при сильных электрических разрядах может наступить мгновенная смерть.

**Чтобы избежать трагедии при обращении с бытовыми электроприборами, соблюдайте основные меры безопасности:**

- когда Вы моете холодильник, другие бытовые электроприборы, меняете лампочку или предохранитель, отключите общий выключатель электричества в квартире;
- розетки располагайте как можно дальше от раковины, ванной. Не держите включёнными бытовые электроприборы во время купания в ванной комнате, так как подключённые к сети приборы при падении в воду вызывают тяжёлые последствия;
- никогда не пользуйтесь феном или электробритвой, если они мокрые или имеют оголённые токопроводящие концы и детали;
- не вынимайте вилку из розетки, потянув за шнур (он может оборваться, оголив провода, находящиеся под напряжением);
- не скрепляйте поломанные вилки электроприборов с помощью изоляционной ленты, меняйте их сразу;
- не беритесь за утюг мокрыми руками и не гладьте, стоя на полу босиком;
- не оставляйте включённый утюг без присмотра и не наматывайте шнур вокруг горячего утюга, это может повредить изоляцию провода;
- прежде чем налить воду в ёмкость отпаривателя утюга, выньте вилку из розетки;
- не включайте больше одной вилки в розетку: несколько вилок могут вызвать короткое замыкание и пожар;
- после того, как закончили пользоваться удлинителем, сначала выдерните вилку из розетки, а затем сворачивайте его;
- обнаруженные оголённые места и обрывы электропроводов немедленно ремонтируйте, не делайте временных соединений проводов, предоставьте выполнение всех работ квалифицированным специалистам;
- не перекручивайте и не завязывайте в узел провода, не заземляйте их дверьми (оконными форточками) и не закладываете провода за газовые (водопроводные) трубы, батареи отопления.

**Во избежание поражений электрическим током на открытой местности или вблизи электротехнических сооружений запрещается:**

- влезать на опоры высоковольтных линий;
- располагаться, выполнять какие-либо работы, а детям играть под воздушными линиями электропередач;
- устраивать под высоковольтными линиями походные биваки и стоянки, пикники;
- разводить костры под высоковольтными линиями;
- делать на электропровода набросы проволоки и других предметов;
- запускать под высоковольтными линиями воздушного змея или авиамодели;
- влезать на крыши домов и строений, где поблизости проходят электрические провода;
- заходить в электрощитовые и другие электротехнические помещения;
- крайне опасно касаться оборванных висящих или лежащих на земле проводов или даже приближаться к ним.

Не допускайте этого сами и уберегайте от этого детей.

**Человеку, попавшему под напряжение, немедленно окажите помощь.** Прежде всего, быстро освободите его от воздействия электрического тока. Для этого разомкните цепь с помощью выключателя, рубильника или штепсельного разъёма, а также путём вывёртывания пробок, отключения на электрощитке пакетных или автоматических выключателей. Если это невозможно – перережьте или перерубите провода (каждый провод в отдельности!) любым режущим инструментом с рукояткой из изолирующего материала.

**ВНИМАНИЕ!** Оказывая первую помощь пострадавшему, не становитесь новой жертвой воздействия электрического тока! Соблюдайте меры безопасности. Работайте в резиновых перчатках, резиновой обуви. Используйте электроизолированный инструмент.

При невозможности быстрого разрыва цепи электрического тока оттяните пострадавшего от провода за одежду. Работайте только одной рукой, одетой в резиновую перчатку или же обернутой сухой материей. При возможности отбросьте сухой палкой от пострадавшего оборвавшийся кусок провода.

Затем вызовите скорую помощь или службу спасения (телефон «03» или «112»). До прибытия скорой помощи создайте приток свежего воздуха и примите меры к облегчению состояния пострадавшего, оказанию ему первой помощи.

**ПОМНИТЕ! Степень тяжести электротравмы зависит от состояния кожных покровов человека, влажности его одежды, продолжительности контакта с источником электричества.**

Если пострадавший в сознании, положите его горизонтально на спину, ноги поднимите на 30 см.

Пострадавший в бессознательном состоянии - уложите его на бок, если он не дышит, сделайте искусственное дыхание.

При отсутствии сердцебиения сделайте непрямой массаж сердца.

Дайте пострадавшему подышать нашатырным спиртом (0,5-1 секунду), обрызгивайте водой.

Разотрите пострадавшего, согрейте, укройте его лёгким одеялом.

Наложите стерильную повязку на место электротравмы.

При обширных ожогах не применяйте холодную воду во избежание ухудшения шокового состояния. Переносить пострадавшего следует только в тех случаях, когда опасность продолжает угрожать ему или оказывающему помощь.

**ВНИМАНИЕ! Не закапывайте пострадавшего в землю** (для якобы «утечки» электричества)! Это только создаст условия для инфицирования травмы или дополнительного травмирования.

### **Негативное воздействие на организм человека электромагнитных полей.**

Источником опасных в быту электромагнитных излучений являются: микроволновые печи, телевизоры любых модификаций, мобильные телефоны или радиотелефоны.

В настоящее время в связи с последними данными о воздействии магнитных полей промышленной частоты признаются источниками риска: электроплиты с электропроводкой, электрогрили, утюги, холодильники (при работающем компрессоре), другие электроприборы, включая электробритву и электрочайники.

Электромагнитное поле (ЭМП) представляет особую форму материи.

Наиболее чувствительными к облучению являются мозг, глаза, почки, кишечник. Перегрев тканей организма в результате воздействия ЭМП ведёт к заболеваниям. В организме проявляется торможение рефлексов, понижение кровяного давления, замедление сокращения сердца, изменение состава крови

в сторону увеличения числа лейкоцитов и уменьшения эритроцитов, помутнение хрусталика глаза.

Таким образом, знание негативного воздействия на организм ЭМП бытовых приборов, компьютеров и др. источников определяет очень осторожное использование этих приборов, сокращение до разумных пределов работы с ними. Так, по рекомендации ученых, воздействие ЭМП компьютеров допустимо для студентов первых курсов в течение не более 2 часов, для студентов старших курсов - не более 3 часов, для преподавателей - 4 часов. Необходимым условием в период данного промежутка времени должны быть 10-15 минутные перерывы для отдыха, физических упражнений и упражнений для глаз.