



Valkas novada dome

Valkas Jāņa Cimzes ģimnāzija

Reģistrācijas Nr.4413903137

Raiņa ielā 28a, Valkā, Valkas novadā, LV-4701, tālr./fakss 64707271, 64707272

e-pasts gimnazija@valka.lv

RĪKOJUMS

Valkā

2016.gada 2.septembrī

Nr.38/1-v

*Par izglītojamo drošību reglamentējošu
noteikumu apstiprināšanu*

Pamatojoties uz 2009.gada 24.novembra Ministru kabineta noteikumiem Nr. 1338 "Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos", **apstiprinu**

1. "Ceļu satiksmes un drošības noteikumus" (1.pielikums),
2. "Drošības noteikumus uz ūdens un ledus" (2.pielikums),
3. "Drošības noteikumus par pirmās palīdzības sniegšanu nelaimes gadījumos Valkas Jāņa Cimzes ģimnāzijā" (3.pielikums),
4. "Instrukciju par elektrodrošību" (4.pielikums),
5. "Drošības noteikumus izglītojamiem par ugunsdrošību"(5.pielikums).

Direktore

L.Kreicberga

Ceļu satiksmes un drošības noteikumi

Ar minētajiem drošības noteikumiem izglītojamos iepazīstina ne retāk kā divas reizes gadā un pirms tādu jaunu darbību uzsākšanas, kuras var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību.

1. Gājējiem jāpārvietojas pa ietvi, gājēju ceļu vai gājēju un velosipēdu ceļu, bet, ja to nav – pa ceļa nomali.
2. Ja ietves, gājēju ceļa, gājēju un velosipēdu ceļa, ceļa nomales nav vai pa to pārvietoties nav iespējams, gājējiem ir atļauts pārvietoties pa brauktuves malu vienā rindā.
3. Ārpus apdzīvotām vietām gājējiem, kuri iet pa brauktuves malu vai ceļa nomali, jāpārvietojas pretim transportlīdzekļu braukšanas virzienam.
4. Bērnu grupas atļauts vest tikai diennakts gaišajā laikā pa ietvēm, gājēju ceļiem vai gājēju un velosipēdu ceļiem, bet, ja to nav – pa ceļa nomali transportlīdzekļu braukšanas virzienā kolonnā ne vairāk par diviem bērniem rindā. Kolonnas priekšā un aizmugurē tās kreisajā pusē jāatrodas pieaugušajiem, kas to pavada, ar sarkaniem karodziņiem.
5. Gājējiem brauktuve jāšķērso pa gājēju pārejām (pazemes vai virszemes), bet, ja to nav – krustojumos pa ietvju vai ceļa nomaļu iedomāto turpinājumu.
6. Ja redzamības zonā gājēju pārejas vai krustojuma nav, brauktuvi atļauts šķērsot taisnā leņķī attiecībā pret brauktuves malu vietās, kur ceļš labi pārredzams uz abām pusēm.
7. Vietās, kur ceļu satiksme tiek regulēta, gājējiem jāvadās pēc satiksmes regulētāja vai luksofora signāliem. Citos gadījumos gājēji drīkst iziet uz brauktuves tikai pēc tam, kad ir pārliecinājušies, ka brauktuves šķērsošana nav bīstama un ka netiks traucēta transportlīdzekļu kustība.
8. Gājēji uz brauktuves nedrīkst kavēties vai bez vajadzības apstāties.
9. Ja tuvojas operatīvais transporta līdzeklis, gājējiem jāatturas šķērsot brauktuvi.
10. Nedrīkst bojāt, patvaļīgi noņemt un uzstādīt ceļa zīmes, luksoforus.
11. Nedrīkst piesārņot vai piegružot brauktuvi.
12. Gaidīt autobusu atļauts tikai uz iekāpšanas laukumiem, bet, ja to nav – uz ietves vai ceļa nomales.
13. Pasažieriem atļauts iekāpt transportlīdzeklī un izkāpt no tā tikai pēc tam, kad transportlīdzeklis pilnīgi apstājies. Tas jādara no ietves vai ceļa nomales puses.
14. Pasažieriem, kuru sēdvietas aprīkotas ar drošības jostām, braukšanas laikā jābūt piesprādzētiem.
15. Pasažieriem aizliegts:
 - 15.1. braukšanas laikā traucēt transportlīdzekļa vadītāju vai novērst tā uzmanību;
 - 15.2. atvērt braucoša transportlīdzekļa durvis;
 - 15.3. atvērt stāvoša transportlīdzekļa durvis, ja tas apdraud ceļu satiksmes drošību vai traucē citus ceļu satiksmes dalībniekus;
 - 15.4. atstāt sēdvietu bez uzaicinājuma, ja transportlīdzeklis apturēts pēc policijas darbinieka vai zemessarga pieprasījuma.
16. Piestiprināt savam apģērbam gaismu atstarojošus elementus un aksesuārus, lai transportlīdzekļa vadītājs varētu gājēju pamanīt.
17. Sniegt pirmo palīdzību ceļu satiksmes negadījumā cietušajam.

DROŠĪBAS NOTEIKUMI UZ ŪDENS UN UZ LEDUS

I Vispārējie noteikumi:

1. Noteikumi sastādīti, lai novērstu izglītojamā dzīvībai un veselībai bīstamu situāciju rašanos upju, ezeru un ūdenskrātuvju tuvumā jebkurā gadalaikā.
2. Upes, ezeri, ūdenskrātuves un jūra ir vietas, kurās jāievēro īpaši piesardzības pasākumi, lai izvairītos no nelaimes gadījumiem;
3. Jāpārlicinās, ka ūdenskrātuve nav piesārņota ar ķīmikālijām, toksiskām un indīgām vielām;
4. Nedrīkst izmantot vietu, kur ir pieslēgti vairāki ūdens transporta līdzekļi;
5. Ziemas laikā, kad ūdenstilpnes pārklājas ar ledus kārtu, jābūt īpaši piesardzīgiem, lai neielūztu.

II Noteikumi uz ūdens:

6. Aizliegts peldēties nepazīstamās vietās;
7. Aizliegts peldēties ūdenskrātuvēs ar stāviem, slideniem krastiem;
8. Aizliegts peldēties vietās, kur ir liels straumes tecēšanas ātrums;
9. Aizliegts lekt ūdenī nepazīstamās vietās, pirms nav pārbaudīts ūdenskrātuves dibens;
10. Peldvietas krastam jābūt lēzenam (vēlams, lai dziļuma kritums uz 4 garuma metriem nepārsniedz 1m);
11. Aizliegts peldēties:
 - 11.1.ja blakus nav pieaugušo;
 - 11.2.ja izglītojamais ir sakarsis vai sasvīdis (ir jānogaida 20- 25 minūtes krastā, lai stabilizētos ķermeņa temperatūra);
 - 11.3.ja ir lieli viļņi;
 - 11.4.pēc ēšanas un lielas fiziskas slodzes (starplaikam jābūt 30- 40minūtes);
12. Nedrīkst strauji mesties ūdenī (jāieiet pakāpeniski, un pirms sāk peldēt, visam jāsaslapinās);
13. Vēlams, lai peldbiksēs būtu iesprausta drošības adata. Gadījumā, ja peldoties kājas vai rokas muskuli savelk krampis, ar drošības adatu jādur muskulī;
14. Peldoties aizliegts:
 - 14.1.Aizpeldēt aiz peldēties norādītās vietas;
 - 14.2.Tuvoties garāmbraucošam ūdenstransportam;
 - 14.3.Rāpties uz bojām un brīdinājuma zīmēm;
 - 14.4.Lēkt ūdenī no ūdenstransporta līdzekļiem;
 - 14.5.Lietot dažādus nepiemērotus ūdenstransporta līdzekļus;
 - 14.6.Traucēt citiem brīvi peldēties;
 - 14.7.No krasta iznirt nezināmā vietā vai grūst citus;
 - 14.8.Ienirstot ilgi uzturēties zem ūdens;
15. Cēloņi, kas izraisa nelaimes gadījumus uz ūdens ir iepriekšminēto punktu neievērošana.2

III Glābšanas līdzekļi, to lietošana:

16. Glābšanas līdzekļi (ko var lietot izglītojamie) ir:
 - 16.1.Glābšanas riņķis (ar glābšanas riņķi vai vesti nevar lekt ūdenī no liela augstuma, jo var gūt kakla vai mugurkaula traumu);
 - 16.2.Glābšanas veste;
 - 16.3.Kārts;
 - 16.4.Dēlis;
 - 16.5.Virve ar galā piesietu peldošu priekšmetu;
17. Ja kāds slīkst, tad jāmeklē palīdzība, t.i., jāsauc palīgā pieaugušie, jāpiesaista citu cilvēku uzmanība slīkstošajam, jāziņo glābšanas dienestam pa tālruni 112;

IV Noteikumi, kas jāievēro braucot ar laivām:

18. Braukšana ar airu laivām, izņemot piepūšamās un saliekamās, ir atļauta, ja ir dokumenti par tehnisko apskati;
19. Braucot ar laivām jāizvēlas tāds ātrums, kas neizraisa sadursmi un to var novērst;
20. Braucot pa upi jāturas upes labajā krastā;
21. Jālaiž garām pa straumi braucoša laiva;
22. Ar motorlaivu drīkst braukt no 16 gadiem;
23. Aizliegts:
 - 23.1. Braukt miglā vai tumsā bez signāliem;
 - 23.2. Apstāties zem tiltiem;
 - 23.3. Stāvēt kājās un mainīties vietām;
 - 23.4. Šūpot laivu;
 - 23.5. Nirt no laivas;
 - 23.6. Piesārņot ūdeni.

V Noteikumi uz ledus:

24. Aizliegts staigāt pa ledu ziemas sākumā, kad ledus nesen uzsalis, un pavasarī, kad ledus saules ietekmē sācis kust un ir irdens;
25. Vietas, kur ledus ir bīstams arī ziemā:
 - 25.1. Kur ietek notekūdeņi;
 - 25.2. Kur ietek strauti un upes vai iztek gruntsūdeņi;
 - 25.3. Meldrāju un ūdensaugu vietās;
 - 25.4. Kur ledus pārklāts ar biezu sniega kārtu;
 - 25.5. Kur tumši un gaiši plankumi sniega segā;
 - 25.6. Nenorobežotās ledus ieguves vietās un āliņģos;
 - 25.7. Zemledus makšķernieku iecienītā vietās;
26. Aizliegts staigāt pa ledu pirms neesat pārliecinājušies, ka ledus ir pietiekami biezs.
Ledus izturība:
 - 26.1. 5- 7 cm biezs ledus iztur viena cilvēka svaru;
 - 26.2. 12- 15 cm biezs ledus iztur grupas svaru.
27. Izveidojot hokeja laukumu, ledus biežumam jābūt 25 cm, ūdens dziļumam šajā vietā - ne lielākam par 1m;
28. Pārbaudīt ledus izturību var, sitot ar nūju 2- 3x vienā vietā sev apkārt, ja tas nepļīst un ūdens neparādās, tad tas ir pietiekoši izturīgs;
29. Aizliegts staigāt pa ledu bez pieaugušo atļaujas un klātbūtnes;
30. Ja ledus ir ielūzis un tu atrodi āliņģī:
 - 30.1. Nekādā gadījumā, cenšoties izkļūt no lūzuma, nedrīkst ķerties pie ledus šķautnēm vai sagulties uz tām;
 - 30.2. Rokas izpleš sānis, jābalstās uz ledus un jāsauc pēc palīdzības;3
 - 30.3. Tad jāpagriežas uz muguras tā, lai galva vai pleci nedaudz atbalstītos uz ledus malu;
 - 30.4. Palīdzības sniedzējs nedrīkst iet vai skriet pie lūzuma. Lūzuma vietai jātuvojas līšus;
 - 30.5. No 2- 4m attāluma jāpamet cietušajam glābšanas līdzekļi;
31. Glābšanas līdzekļi un to lietošana:
 - 31.1. Aleksandrova virve (virve ar mezgliem);
 - 31.2. Glābšanas dēlis;
 - 31.3. Glābšanas kāpnes;
 - 31.4. Glābšanas laivas uz sliecēm;
32. Pirmās palīdzības sniegšana cietušajam:
 - 32.1. Pēc iespējas ātrāk jānogādā siltā vietā;
 - 32.2. Ķermenis jāieģērbj sausās drēbēs, jāsasilda pakāpeniski;
33. Ja kāds ielūzis ledū un slīkst, tad jāmeklē palīdzība, t.i., jāsauc palīgā pieaugušie, jāpiesaista citu cilvēku uzmanība slīkstošajam, jāziņo glābšanas dienestam pa tālruni 112

Drošības noteikumi par pirmās palīdzības sniegšanu nelaimes gadījumos Valkas Jāņa Cimzes ģimnāzijā

1. Noteikumi ir izveidoti, lai izglītojamie būtu informēti un zinātu veicamos pasākumus, to secību un nozīmi situācijās, kad noticis nelaimes gadījums.
2. No pareizi sniegtas pirmās palīdzības bieži ir atkarīga cietušā dzīvība.
3. Pirmā palīdzība ir paša cietušā vai citas personas prasmīga, mērķtiecīga un nekavējoša rīcība notikumu vietā, lai saglabātu cietušā organisma dzīvības funkcijas un novērstu iespējamās sekas, līdz ierodas neatliekamā medicīniskā palīdzība.
4. Pedagoģs vai ģimnāzijas darbinieks, kurš vistuvāk atrodas negadījuma vietai, pēc nepieciešamības izrīko apkārtējos (pieaugušos vai skolēnus):
 - 4.1. sazinās un informē skolas medmāsu,
 - 4.2. izsauc NP (ja ir nepieciešams),
 - 4.3. palīdz sniegt nepieciešamo pirmo palīdzību,
 - 4.4. sagaida NP brigādi.
5. Pirms sniedz pirmo palīdzību, jāpārvar uztraukums un jānovērtē situācija.
6. Izglītojamais sniedz pirmo palīdzību tikai tad, ja blakus nav pedagoģu un pieaugušo, kas varētu sniegt kvalitatīvu pirmo palīdzību.
7. Valkas Jāņa Cimzes ģimnāzijā smagu traumu un saslimšanas gadījumā līdz brīdim, kad ierodas neatliekamās medicīniskās palīdzības brigāde, kā arī sadzīves traumu gadījumos, ja nav apdraudēta izglītojamā veselība un dzīvība, izglītojamiem pirmo palīdzību sniedz medmāsa skolas veselības punktā, kas atbilst sanitāri higiēniskajām prasībām, ir nodrošināts ar nepieciešamajām medicīniskajām ierīcēm, aprīkojumu un medikamentiem, kā arī ar iespēju izsaukt neatliekamās medicīniskās palīdzības brigādi.
8. Cietušo, ja viņš ir spējīgs pats pārvietoties, līdz veselības punktam pavada skolotājs, kura stundā noticis negadījums, vai cits izglītības iestādes darbinieks, kas atrodas cietušajam vistuvāk. Pavadošā persona izpilda medmāsu norādījumus.
9. Gadījumos, kad cietušā pārvietošana nav iespējama, medmāsa sniedz nepieciešamo palīdzību uz vietas.
10. Gadījumos, kad nepieciešams cietušo nogādāt stacionārā, obligāti jāinformē par to vecāki.
11. Visi skolā traumu un nelaimes gadījumi tiek reģistrēti traumu reģistrēšanas žurnālā un par notikušo nekavējoties tiek informēta skolas administrācija, kā arī cietušā vecāki tiek informēti telefoniski (klases audzinātāja, mācību priekšmeta skolotāja vai medmāsu pienākums).
12. Par operatīvā dienesta izsaukšanas kārtību un pirmās palīdzības sniegšanu izglītojamais informē klases audzinātājs sadarbībā ar skolas medicīnas māsu, ne retāk kā vienu reizi gadā.
- 13. Palīdzības izsaukšana:**
112; 113 un 03 (03 – zvanot no mājas telefona, 112;113 – zvanot no mobila telefona.
Numuri ir bezmaksas)
14. Jābūt gatavam atbildēt uz jautājumiem:
 - 14.1. kur noticis negadījums– nosaukt precīzu negadījuma vietu;
 - 14.2. kas noticis;
 - 14.3. cik cietušo

ASIŅOŠANAS VEIDI UN TĀS SEKAS

1. Asiņošanu iedala ārējā un iekšējā.
2. Iekšējā asiņošana rodas, kad bojāti iekšējie orgāni. Iekšējās asiņošanas gadījumos asinis sakrājas vēdera, krūšu dobumos.
3. Atkarībā no asinsvada bojājuma veida izšķir:
 - 3.1. arteriālo asiņošanu, kas ir visbīstamākā, asinis ir spilgti sarkanā krāsā, nāk no brūces pulsējoši;
 - 3.2. venozo asiņošanu, tā ir lēnāka, asinis tumši sarkanā krāsā;
 - 3.3. kapilāro asiņošanu, pie nelieliem ievainojumiem;
 - 3.4. jaukto asiņošanu, ja vienlaicīgi asiņo artērijas un vēnas, novēro, ja ir dziļas brūces.
4. Vīriēša organismā ir apmēram 5 litri asiņu, sievietes-4,5 litri. Cilvēka organisms nejūt 500 ml asiņu zaudējumu, 1000 ml-jau var būt bīstami, bet vairāk par 1000 ml-dzīvībai draudoši. Ja zaudēts vairāk par 2000 ml asiņu, cilvēku var glābt, nekavējoties un ātri atjaunojot zaudēto asins daudzumu.

PALĪDZĪBAS SNIEDZĒJA DARBĪBA PIE ASIŅOŠANAS

5. Lai cietušajam būtu mazāks asiņu zudums, asiņošana jāaptur pēc iespējas ātrāk notikuma vietā, pēc tam jānogādā ārstniecības iestādē.
6. Jebkuras asiņošanas gadījumā pirmā palīdzība jāsniedz ātri, uzmanīgi un apzinīgi, lai pēc iespējas veiklāk, vienkāršāk un efektīvāk apturētu asiņošanu un nesagādātu cietušajam ciešanas.
7. Palīdzības sniedzēja darbības ir:
 - 7.1. cietušā sagatavošana asiņošanas apturēšanai;
 - 7.2. asiņošanas apturēšana ar spiedošu pārsēju.

DARBĪBAS, KAS JĀVEIC, SAGATAVOJOT CIETUŠO ASINS APTURĒŠANAI

8. Pilnīgi vai daļēji novilkt drēbes un apavus. Lai izvairītos no cietušā papildus traumēšanas un iespējamiem sarežģījumiem nepieciešams:
 - 8.1. drēbes novilkt no veselās puses,
 - 8.2. stipras asiņošanas gadījumā pārgriezt un atritinot atbrīvojot brūci
 - 8.3. aukstā laikā atbrīvojot tikai ievainoto ķermeņa daļu,
 - 8.4. pēdas traumas gadījumā apavus apgriezt aizmugurē vai pa vertikālo šuvi un novilkt, vispirms atbrīvojot pēdu.
9. Atbrīvojot brūci no drēbēm, ja iespējams vispirms nomazgājot rokas.
10. Neņemt ārā no brūces svešķermeņus, neīrumus, nemazgāt brūci.

ASIŅOŠANAS APTURĒŠANA AR SPIEDOŠU PĀRSĒJU

11. Asiņojošo ķermeņa locekli pacelt uz augšu.
12. Brūci pārsegt ar pārsienamo materiālu no individuālās paketes, ja tās nav, var izmantot tīru kabatlakatiņu, auduma gabalu, saliekot to spilventiņā, nedaudz piespiest ar pirkstiem un turēt 5 minūtes.
13. Ja asiņošana apstājas, uzlikto materiālu nenoņemt, bet uz tā uzlikt no cita pārsienamā materiāla un vates izveidotu biežāku spilventiņu un nosaitēt nedaudz piespiežot, lai netraucētu asins riņķošanu ievainotajā ķermeņa daļā. Nelikt uz brūces vienu pašu vati. Saitējot roku vai kāju, jāievēro, ka tas jādara no apakšas uz augšu, no pirkstiem virzienā uz ķermeni.
14. Ja asiņošana turpinās, uz pirmā pārsēja uzlikt jaunu pārsēju ar vati. Saitējot roku vai kāju. Jāievēro, ka tas jādara no apakšas uz augšu, no pirkstiem virzienā uz ķermeni.
15. Ja stipri asiņo galvas brūce, brūces malas, pirms pārsēja uzlikšanas ieteicams savienot ar leikoplastu.
16. Ja ievainota jugulārā vēna (patī lielākā kakla vēna), uzlikt mēreni spiedošu pārsēju, lai sirdī neiekļūtu gaiss, kas paralizē sirds darbību.

17. Pie atvērtiem krūšu kurvja ievainojumiem, ja ir lielas caurejošas brūces, kas no brūces ar gaisu tiek izstumts receklains šķidrums, tās jāhermetizē uzliekot virsū paketes piesūcināto blīvo iesaiņojumu un pārklājot pāri polietilēna plēvi.

ASIŅOŠANAS APTURĒŠANA NO DEGUNA

18. Nosēdināt cietušo tā, lai viņa galva būtu nedaudz noliekta uz priekšu.
19. Saspiest degunu ar pirkstiem uz 2-3 minūtēm.
20. Uz virsdegunes un pakauša uzlikt aukstu kompresi.
21. Neatļaut cietušajam elpot caur degunu un to noņņaupt.
22. Cietušajam jāliek izspļaut asinis, kas nonākušas mutē, jo nonākušas kuņģi, tās var izsaukt vemšanu.
23. Ja ir asiņošana no auss un asiņošanas iemesls nav ārēja brūce, nekavējoties izsaukt ātro medicīnisko palīdzību.

IEKŠĒJĀS ASIŅOŠANAS APTURĒŠANA

24. Iekšējo asiņošanu praktiski nav iespējams apturēt bez medicīniskā personāla līdzdalības.
25. Ja ir iekšējā asiņošana vai aizdomas par to, cietušajam jānodrošina miers.
26. Pie iespējamās asiņošanas vietas (vēders, galva, krūtis) pielikt aukstumu (polietilēna maisiņu ar ledu, aukstu ūdeni, sniegu) un nedot dzert.
27. Izsauc ātro medicīnisko palīdzību.
28. Ja cietušais vemj asinis, uzlikt aukstumu uz vēdera, nedot dzert, izsaukt ātro medicīnisko palīdzību.

PIRMĀS PALĪDZĪBAS SNIEGŠANA CIETUŠAJAM NO ELEKTRISKĀS STRĀVAS

29. Elektrotraumas gadījumā, cietušais atbrīvojams no strāvas iedarbības un tam sniedzama medicīniskā palīdzība. Nekavējoties izslēgt elektroiekārtu no kuras cietušais guvis elektrotraumu, izslēdzot strāvu ar slēdžiem vai izskrūvējot drošinātājus. Ja to nevar izdarīt, tad izvilkt cietušo no bīstamās zonas ar elektrību nevadošiem priekšmetiem (gumijas, sausa koka utt.). Cietušais jānogulda un jānodrošina tam pilnīgs miers, nekavējoties jāizsauc NP brigādi.
30. Kamēr atbrauc medicīniskā palīdzība, cietušajam jānodrošina svaigs gaiss. Ja apstājusies elpošana un sirdsdarbība, cietušais mākslīgi jāelpina un tam jāizdara sirds masāža. Elpināšanu veikt caur aptieciņā esošo elpināšanas masku, uzliekot to uz muguras noguldītajam cietušajam uz atvērtas mutes, vispirms atliecot galvu. Elpināt iepūšot gaisu plaušās. Pēc tam noņņemt masku, izlaist gaisu no cietušā plaušām. Pamīšus ar elpināšanu veikt sirds masāžu, liekot abas rokas krūškurvja vidū un izdarot 15-20 spēcīgus grūdienus. Elpināšanu un sirds masāžu atkārtoti, kamēr cietušajam atjaunojas sirdsdarbība un elpošana vai ierodas NP dienests.
31. Ja cietušais ir pie samaņas, bet ir bijis pakļauts strāvas iedarbībai, tad viņš ir jāievieto slimnīcā tālākai novērošanai, jo ir iespējami sirdsdarbības traucējumi arī vairākas stundas pēc elektrotraumas.

PIRMĀ PALĪDZĪBA SASITUMU, SASTIEPUMU UN KAULU LŪZUMA GADĪJUMĀ

32. Locītavu sastiepuma vai sāsītuma gadījumos nodrošināt mieru, aukstu kompresi uz locītavas turēt 15 – 20 minūtes, uzlikt ciešu pārsēju nofiksējot locītavu.
33. Kaulu lūzumu gadījumā, cietušajam rodas spēcīgas sāpes, cietušais nespēj kustināt traumēto locekli. Izšķir slēgtos lūzumus, kas nav bojāti audi un āda, un vaļējos lūzumus, kad lūzušie kauli bojājuši apkārtesošos audus un ādu. Lūzumu gadījumā ieteicams – uzlikt pārsēju pie vaļēja lūzuma, lai apturētu asiņošanu - nekustināt, nepārvietot cietušo, izsaukt NP brigādi.
34. Galvas traumas gadījumā, ja novēro apziņas traucējumus, bezsamaņu, galvas sāpes, reiboni. Noguldīt ar paceltu ķermeņa augšdaļu, ja ir vemšana, tad cietušā galvu pagriež uz sāniem.
35. Mugurkaula lūzumu gadījumā cietušo labāk nekustināt un nepārvietot, jo tas var izsaukt muguras smadzeņu bojājumus, nekavējoties izsaukt neatliekamo medicīnisko palīdzību!

36. Apsēgt cietušo ar aptiecinā esošo folijas segu-ar spožo pusi uz iekšu, ja ārā ir auksti un cietušais jāsasilda, ar spožo pusi uz ārpusi, ja ārā ir karsti un cietušais jāpasargā no tiešiem saules stariem.

PIRMĀ PALĪDZĪBA PIE TERMISKAJIEM APDEGUMIEM

37. Termiskie apdegumi ir augstas temperatūras ietekme uz ķermeņa daļu, tā audiem parasti apdedzinoties ar atklātu liesmu.
38. Pazīmes: Sāpes, ādas apsārtums, pietūkums. Čulgu veidošanās, dziļāko audu bojājums.
39. Palīdzība: Pārtraukt karstuma ietekmi uz audiem. Neplēst nost no ķermeņa piedegušos apģērba gabalus, jo tā var bojāt audus. Dzesēt apdeguma vietu ar vēsu ūdeni apmēram 20 min. Lai atsāpinātu un novērstu šoka reakciju. Ja apdeguma brūce lielāka par cietušā plaukstu – tas ir dzīvībai bīstami. Izsaukt NP dienestu.

ĶĪMISKIE APDEGUMI

40. Ķīmiskos apdegumus izraisa dažādas ķīmiskās vielas: skābes, sārmis, smago metālu sāļi, fosfors. Ja ķīmiskā viela nokļūst gremošanas ceļos, tā var izraisīt barības vada, kuņģa plīsumu.
41. Ja ir mutes dobuma vai barības vada gļotādas bojājums – nekad nedrīkst izraisīt vemšanu. Drīkst dot dzert tikai tīru ūdeni ne vairāk kā 200 ml maziem malkiem.
42. Ja bojāta āda – sausu vielu nopurināt, skalot ar tekošu ūdeni bojāto ādas apvidu, pārsiet ar tīru pārsēju. Bojātu apģērbu un apavus tūlīt uzmanīgi novilkt. Izsaukt NP brigādi.
43. Ķīmiskā viela iekļūstot acī var izraisīt aklumu. Iekļūstot vielai cietušo aci jāskalo ar tekošu ūdeni 20 minūtes, saudzējot veselo aci. Liet ūdeni no 10 cm augstuma uz acs iekšējo kaktiņu tā, lai tas plūstu virs acs ābola, un pa ārējo kaktiņu iztecētu ārā. Uzlikt sterilu pārsēju uz abām acīm. Nogādāt pie ārsta.

ĢĪBONIS

44. Novieto cietušo guļus uz cieta pamata. Veicina svaiga gaisa pieplūdi un asinsrites veicināšanu galvas smadzenēm - paceļot kājas augstāk par ķermeni!

ACU TRAUMAS

45. Ja acī ir svešķermenis, nedrīkst acis berzēt, mēģināt pašiem izvilk svešķermeni, tas var tikai sarežģīt situāciju. Jāliek bilingvālais pārsējs (uz abām acīm) lai izslēgtu acu zīlīšu kustību. Jānogādā cietušais pie ārsta, vai izsaukt NP dienestu.

ELPAS TRŪKUMS

46. Pazīmes – gaisa kampšana, aizdusa, smakšanas sajūta.
47. Nodrošināt svaiga gaisa plūsmu, palīdzēt lietot cietušajam zināmas zāles (ja ir astmas lēkme). Izsaukt NP brigādi.
48. Krampji (epilepsijas lēkme)
49. Krampji – nepatvaļīga muskuļu savilkšanās.
50. Pazīmes: viss ķermenis krampjos, bāla āda, zilganas lūpas, putas no mutes.
51. Palīdzība: lēkmes laikā nedrīkst fiksēt slimo, lai viņu papildus netraumētu. Zem galvas varētu palikt kaut ko mīkstu, lai pasargātu no galvas traumas. Izsaukt NP brigādi.
52. Sāpes sirds apvidū
53. Palīdzība: atļaut slimniekam pašam ieņemt ērtāko stāvokli, nomierināt, veicināt svaiga gaisa pieplūdi, palīdzēt iedzert slimniekam pašam esošas zāles. Saut NP brigādi.

AIZRĪŠANĀS

54. Svešķermenis, kas nokļuvis trahejā izraisa stipru, kairinošu klepu – aizrīšanos.
55. Palīdzība: uzsist vairākas reizes pa muguru starp lāpstiņām, noliecot galvu uz leju, ja nepalīdz pielietot heimliha paņēmienu- ar rokām aptvert cietušo no mugurpuses,
56. rokas, kas saliktas dūrē, novietot starp nabu un vietu, kur savienojas ribu loki,
57. izdarīt 6-8 rāvienus uz augšu un iekšu, ja nepalīdz saukt NP brigādi.

SĀPES VĒDERĀ

58. Pazīmes:

- 58.1. stipras sāpes vēderā
- 58.2. izteikts bālums
- 58.3. slikta dūša
- 58.4. vēderu saudzējoša poza

59. Palīdzība – izsaukt NP brigādi. Slimniekam kategoriski aizliegts dot pretsāpju medikamentus, ēst un dzert .

INSTRUKCIJA PAR ELEKTRODROŠĪBU

1. Elektrības vadiem jābūt izolētiem – pārklātiem ar elektrību nevadošu apvalku, neizolētiem vadiem nedrīkst pieskarties – tas apdraud dzīvību.
2. Ja pamani, ka elektrības vadu izolācija ir bojāta, nekavējoties informē jebkuru pieaugušo.
3. Ūdens vada elektrisko strāvu, ja ūdens nonāk uz elektrības slēdža, strāva no vadiem, kas pievienoti slēdzim, var sākt plūst uz roku. Tāpēc elektroierīces nedrīkst ieslēgt un izslēgt ar slapjām rokām.
4. Nedrīkst izraut kontaktdakšu no rozetes, velkot aiz vada, tā var sabojāt izolāciju un izkustināt rozeti.
5. Ja vienai rozetei ir pieslēgtas vairākas elektroierīces, vadi var tikt pārslogoti, sākt degt izolācija un izcelties ugunsgrēks.
6. Pazīmes, kas signalizē, ka telpā draud sākties elektrības izraisīts ugunsgrēks:
 - slēdža vai rozetes tuvumā vērojami dūmi;
 - dzirdama dzirksteļošana raksturīgā sprakšķošā skaņā;
 - jūtama degošas plastmasas smaka;
 - ieslēdzot vai izslēdzot elektroierīci, nospiežot apgaismošanas slēdzi, vērojama dzirkstele.
7. Ja pamani kādu no pazīmēm, nekavējoties ziņo par to pieaugušajam.
8. Neatstāj bez uzraudzības nevienu ieslēgtu elektroierīci.
9. Ja elektroierīce aizdegusies:
 - atvieno to no elektriskās strāvas;
 - aplāj ar biezu audumu (nedrīkst lietot sintētiskus materiālus).
10. Degošu elektroierīču dzēšanai nedrīkst izmantot ūdeni vai citu šķidrumu, tas var būt bīstami tavai dzīvībai.
11. Pie aizdegušās elektroierīces dzēšanas tev nevajadzētu ķerties vienam, meklē pieaugušo palīdzību, izsauc ugunsdzēsējus, zvanot 112.
12. Ievēro elektrodrošību arī pagalmā:
 - neuzturies transformatoru punktu (būdu) tuvumā un neļauj tur uzturēties citiem, nemēģini tajā iekļūt. Ja redzi, ka transformatora punktu durvis ir atvērtas, nekavējoties paziņo pieaugušajiem! Reizēm tur mēdz iekļūt mājdzīvnieki. Nekādā ziņā nemēģini pašā spēkiem izglābt dzīvnieku – varat aiziet bojā jūs abi!
 - nelaid pūķi un nekāp kokā, ja tuvumā ir elektrības vadi!
 - netuvojies zemē nokritušam elektrības vadam – tas apdraud Tavu dzīvību!
 - nekurini ugunsuru elektrolīniju stabu tuvumā!
 - ja Tev šķiet, ka cilvēks nonācis strāvas ietekmē (caur viņa ķermeni plūst strāva), nemēģini viņu glābt pašā spēkiem – sauc palīgā pieaugušos!
 - uzmanies, ja redzi noplēstu zvana pogu pie žoga!
13. Klases audzinātājs iepazīstina skolēnus ar šo instrukciju katru mācību gadu 1. semestra un 2. semestra sākumā.
14. Instrukcija par elektrodrošību stājas spēkā 2016.gada 5.septembrī.

Drošības noteikumi izglītojamiem par ugunsdrošību.

1. Vispārīgie jautājumi:

- 1.1. Noteikumi nosaka kārtību, kādā nodrošināma ugunsdrošība skolas teritorijā, mācību kabinetos un telpās, izglītojamo rīcību ugunsgrēka gadījumā un ugunsdrošības pasākumus skolas Ziemassvētku pasākumos.
- 1.2. Ar noteikumiem izglītojamās atbildīgā persona iepazīstina katru gadu septembrī un pirms Ziemassvētku pasākuma.
- 1.3. Skolēns ar parakstu apstiprina, ka ir iepazinies ar instrukciju.

2. Pienākumi ugunsdrošībā:

2.1. Skolā un tās teritorijā izglītojamajiem ir aizliegts:

- 2.1.1. smēķēt;
- 2.1.2. nēsāt un lietot sērkokociņus, šķiltavas, sprāgstošas, viegli uzliesmojošas vielas, priekšmetus un materiālus;
- 2.1.3. kurināt ugunscurus, izņemot īpašus gadījumus, pedagoga vai skolas darbinieku klātbūtnē un uzraudzībā, ugunscura vietai jābūt tālāk par 100m no ēkām.
- 2.1.4. dedzināt pārno zāli un papīrus.

2.2. Ja izglītojamais pamana ugunsgrēka izcelšanos skolā vai tās teritorijā vai ugunsdrošības noteikumu pārkāpumu, kā rezultātā var izcelties ugunsgrēks, viņam ir nekavējoties jāziņo par to jebkuram skolas darbiniekam vai pieaugušajam, kuru viņš ir sastapis.

2.3. Visiem izglītojamajiem skolā jāievēro ugunsdrošības noteikumi.

3. Ugunsdrošības noteikumi izglītojamajiem Ziemassvētku pasākumos:

3.1. Ziemassvētku eglīšu laikā aizliegts:

- 3.1.1. rīkot telpā visāda veida ugunošanu, dedzināt brīnumsvecītes, vaska vai stearīna sveces;
- 3.1.2. lietot plaukšķenes, sērkokociņus, šķiltavas, jebkurus viegli uzliesmojošus priekšmetus vai vielas;
- 3.1.3. pilnīgi izdzēst gaismu telpā;
- 3.1.4. rotāt egli ar viegli uzliesmojošām rotaļlietām;
- 3.1.5. rotāt egles zarus ar vati;
- 3.1.6. egles apgaismojumam izmantot sveces.