CÔNG TY CỔ PHẦN GIÁO DỤC VIỆT NAM
Trụ Sở: A3P2 Khu TTGV – ĐHSPNN – ĐHQG Hà Nội

TÀI LIỆU
HUẤN LUYỆN AN TOÀN LAO ĐỘNG LÀM VIỆC TRÊN SÔNG NƯỚC

GDVN

Lưu hành nội bộ

AN TOÀN LÀM VIỆC TRÊN SÔNG NƯỚC

A. NGUYÊN NHÂN GÂY TAI NẠN SÔNG NƯỚC

1. Ở những nơi công nhân làm việc gần sông nước, nhiều công trường và xí nghiệp khi xây dựng quy trình làm việc chưa chú ý đúng mức đến điều kiện sông nước để có những biện pháp an toàn cần thiết. Một số nơi tuy có xây dựng được quy trình làm việc an toàn đầy đủ nhưng do tiếu kiểm tra, đôn đốc nên việc chấp hành còn nhiều thiếu sót.

Khi có lũ lụt nhiều nơi thường huy động cán bộ và công nhân chống lũ lụt một cách ồ ạt, thiếu kế hoạch làm việc an toàn trên sông nước, thiếu trang bị phòng hộ cần thiết, thiếu biện pháp để cấp cứu khi có người bị nước lũ cuốn đi.

2. Phương tiện để làm việc an toàn trên sông nước nhiều nơi chưa chú ý mua sắm đủ, cầu bắc tạm qua sông, suối, làm cẩu thả, không có thuyền và mảng vững chắc để công nhân qua lại sông ngòi làm việc; không có phao bơi và dây để công nhân dùng khi bất đắc dĩ phải lội qua những nơi có nước chảy xiết.

3. Bố trí những người chưa biết bơi làm việc trên sông nước.

4. Về phía công nhân không chấp hành đúng các quy trình làm việc, không sử dụng những trang bị phòng hộ đã có (như dây, phao bơi, v.v…) cũng là một trong những nguyên nhân chính dẫn đến những tai nạn chết người, nói trên.

Loại tai nạn này đã xảy ra nhiều ở những ngành: Lâm nghiệp, Thuỷ sản, Thuỷ lợi, Kiến trúc, Giao thông vận tải, là những ngành mà công nhân, cán bộ phải thường xuyên làm việc trên sông nước hoặc thường xuyên phải qua lại các sông, ngòi, khe, suối…

Trong số người bị chết đuối, ngoài cán bộ và công nhân viên chức Nhà nước, còn có cả dân công và sơn tràng. Một số bị chết vì khi ngã xuống nước không biết bơi, cũng có nhiều người tuy đã biết bơi nhưng gặp khi nước chảy xiết lại không mang phao an toàn, không có đường dây vững chắc để làm chỗ dựa, không được cấp cứu kịp thời lúc lâm nguy, nên cuối cùng vì kiệt sức cũng đã bị chết đuối.

Để tạo điều kiện cho công nhân làm việc trên sông nước được an toàn, ngăn chặn không để xảy ra những tai nạn lao động chết đuối. Bộ Lao động quy định một số biện pháp cấp thiết dưới đây:

1. Các ngành quản lý sản xuất, các công trường và xí nghiệp có sử dụng công nhân, viên chức thường xuyên làm việc trên sông nước, hoặc hàng ngày phải qua lại những nơi sông nước, cần căn cứ vào mọi nguy cơ về sông nước có thể xảy đến cho công nhân của ngành hoặc đơn vị mình mà nghiên cứu xây dựng những quy trình làm việc bảo đảm an toàn lao động, và kiên trì giáo dục, kiểm tra đôn đốc để mọi người trong đơn vị thực hiện đúng đắn các quy trình đó. Không được giao cho công nhân, viên chức làm những việc nguy hiểm trên

sông nước nếu chưa có kế hoạch chu đáo để đảm bảo an toàn lao động.

2. Phải cung cấp đủ và kịp thời cho công nhân, viên chức làm những việc nói trên những phương tiện làm việc và những trang bị phòng hộ cần thiết như thuyền mảng, dây, phao bơi, v.v., và phải định kỳ kiểm tra để đảm bảo những thứ này luôn luôn có chất lượng tốt.

3. Không được giao cho những người không biết bơi làm những việc thường xuyên trên sông nước như đóng, cốn bè mảng, đốt đèn biển và đèn sông, chở thuyền, kéo phà, v.v… Đối với những người hiện đang làm những công việc này nhưng chưa biết bơi, các công trường và xí nghiệp phải có kế hoạch để trong một thời gian ngắn, chậm nhất là một tháng sau khi nhận được thông tư này, huấn luyện cho họ biết bơi.

Nếu cần tuyển người mới để làm những việc nói trên nhất thiết phải tuyển những người đã biết bơi.

4. Trước khi bước vào mùa lũ lụt, các công trường và xí nghiệp có công nhân làm việc gần sông nước phải căn cứ vào điều kiện làm việc của đơn vị mình, lập kế hoạch chu đáo đề phòng tai nạn chết đuối, chuẩn bị đủ và kiểm tra kỹ chất lượng các phương tiện làm việc trên sông nước và các trang bị phòng hộ cần thiết cho công nhân.

5. Để sẵn sàng cứu những người bị ngã xuống nước hoặc trong khi làm việc dưới nước bị nước chảy xiết cuốn đi, các công trường và xí nghiệp nói trên cần có những tổ cấp cứu. Tham gia tổ cấp cứu phải là những người biết bơi thành thạo trong số công nhân thường xuyên có mặt ở nơi làm việc, không thoát ly sản xuất nhưng được trang bị đầy đủ phương tiện cần thiết để cứu người chết đuối và được huấn luyện để làm trọn nhiệm vụ này (biết cách cứu vớt người chết đuối và cách cấp cứu người được vớt ở dưới nước lên).

6. Để thực hiện nhanh chóng được yêu cầu mọi người làm việc trên sông nước đều phải biết bơi. Uỷ ban hành chính các tỉnh, thành phố và khu cần chỉ thị cho các Ban và Phòng thể dục thể thao ở địa phương tuyên truyền rộng rãi về lợi ích thiết thực của môn bơi lội đối với nhiệm vụ sản xuất, khuyến khích mọi người tập dượt và đặc biệt cần chú ý thực hiện tốt việc huấn luyện và cấp bằng về bơi lội cho những người đang phải thường xuyên làm việc trên sông nước.

7. Ngoài ra các công trường và xí nghiệp có trách nhiệm nghiên cứu cả những biện pháp để đề phòng tai nạn về chết đuối trong sinh hoạt, như đặt biển báo ở những nơi có nước sâu, nước xoáy hay chảy xiết để nhắc nhở mọi người thận trọng khi tắm giặt, bố trí chỗ ở của công nhân trên địa điểm cao để khi lũ lụt, nước có dâng cao cũng không gây ra nguy hiểm v.v..

B. NỘI DUNG

1. Quy định đối với người lao động

- Phải có đủ sức khỏe để làm việc trên sông nước.
- Chấp hành các quy định an toàn lao động.
- Từ chối làm việc nếu không được trang bị bảo hộ lao động, không đảm bảo an toàn.
- Phải sử dụng thiết bị, dụng cụ an toàn lao động khi làm việc.
- Phải tham gia cấp cứu người bị tai nạn.

2. Trang bị bảo hộ lao động cho người lao động

a. Trang bị bảo hộ lao động

- Quần áo lao động phổ thông
- Quần áo chống rét
- Áo mưa
- Áo phao
- Ủng cao su
- Giày vải thấp cổ
- Găng tay (vải dầy, cao su)
- Mũ, nón chống rét, mưa nắng
- Mũ bảo hộ
- Kính đeo mắt
- Khẩu trang



Hình 1. Một số trang bị bảo hộ lao động

b. Cách sử dụng áo phao

Áo phao được làm từ vải không thấm nước, bên trong được lót các tấm xốp để tạo lực nâng cho áo.

Vòng quanh thân áo là các dây đai với khóa ở đầu dây. Dây đai để giữ chặt áo quanh thân người khi mặc.

Một số loại áo có thêm dây đai choàng qua đùi ở phía dưới áo.

Áo phao còn trang bị thêm còi, đèn chớp sáng cấp cứu.

Thao tác mặc áo phao như sau:

1. Dùng ngón cái và ngón trỏ ấn mạnh vào phần giữa khóa trước ngực để mở khóa.



(1)

2. Nới rộng phần dây choàng qua đùi.



(2)

3. Điều chỉnh khóa ở hai bên hông bằng cách kéo phần dây còn thừa ở đầu khóa ra phía trước hoặc sau.



(3)

4. Mặc vào người.



5. Dùng hai tay ấn đầu khóa lại.



(5)

6. Vòng hai dây qua đùi và ấn khóa lại.

Điều chỉnh dây cho vừa với đùi.

Thực hiện cho cả hai đùi.



(6)

7. Dùng còi thổi để kêu hỗ trợ.



(7)

Hình 2. Cách mặc áo phao

3. Cấp cứu tại chỗ người bị ngạt nước

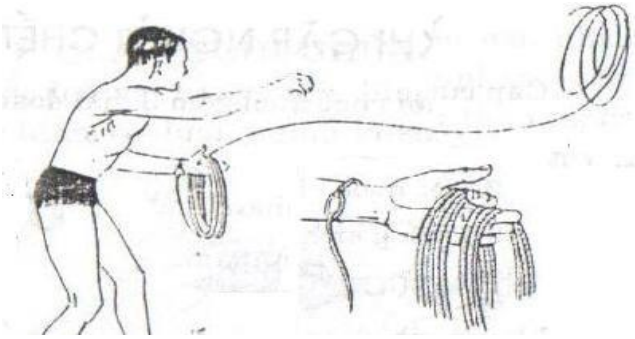
3.1. Đưa người bị nạn vào bờ

- Hô to khi phát hiện có người rơi xuống nước để nhờ người hỗ trợ.
- Đưa người bị nạn vào bờ với vật hỗ trợ:

  Là cách tốt nhất nếu người cứu nạn bơi chưa giỏi.

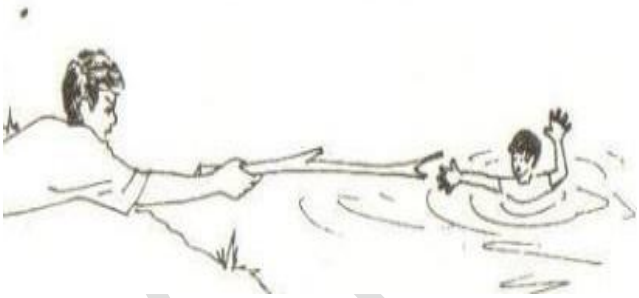
GDVN

1. Quăng dây kéo người bị nạn vào bờ.



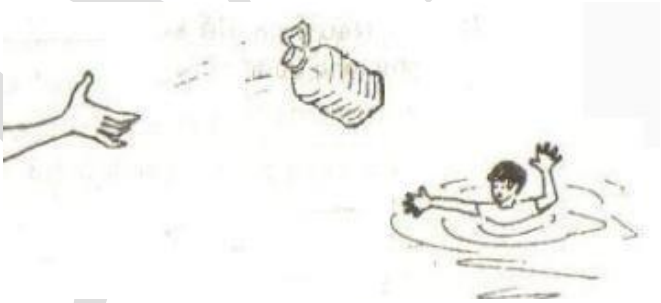
(1)

2. Kéo người bị nạn bằng nhánh cây.



(2)

3. Ném can nhựa rỗng cho người bị nạn.



(3)

4. Đưa người bị nạn lên ghe.



(4)

5. Nắm tay nhau để kéo người bị nạn vào bờ.

Người đứng đầu hàng cần bám chắc vào gốc cây trên bờ.



(5)

Hình 3. Các cách đưa người bị nạn vào bờ với vật hỗ trợ

- Bơi dìu người bị nạn vào bờ

Chỉ thực hiện khi người cứu nạn bơi giỏi và sức khỏe tốt.

1. Xốc nách

Nạn nhân nằm ngửa, người cứu nạn bơi ở một bên, một tay giữ chặt nách bên kia nạn nhân, một tay bơi vào bờ.

Người bị nạn phải còn tỉnh táo và có thể quạt tay hỗ trợ người cứu nạn



(1)

2. Nâng cằm

Nâng cằm để người bị nạn ngửa hẳn mặt lên, mũi ở trên mặt nước.

Người cứu hộ có thể dùng tay còn lại để bơi vào bờ.

Áp dụng cho những người bị nạn có cơ thể hơi to, mập.



(2)

3. Nắm tóc trán

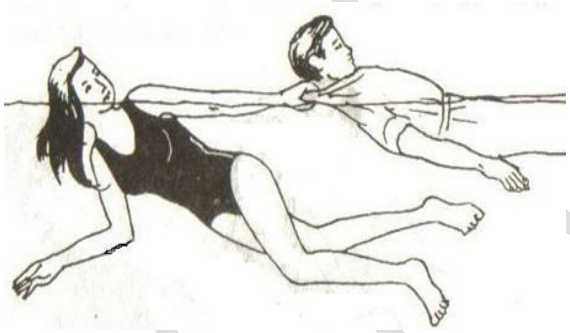
Từ phía sau, người cứu nạn dùng tay nắm ngay chùm tóc phía trên trán, giật ngửa đầu người bị nạn ra đằng sau.



(3)

4. Nắm cổ áo

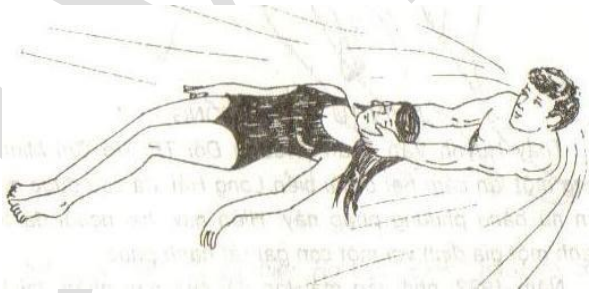
Nắm cổ áo, nếu người bị nạn còn mặc đầy đủ quần áo.



(4)

5. Nâng đầu

Người cứu nạn dùng hai tay nâng đầu người bị nạn đã bất tỉnh nổi lên mặt nước, bơi ngửa bằng 2 chân và kéo vào bờ.



(5)

6. Nâng người

Người bị nạn có thể trạng nhỏ, đã bất tỉnh.

Người cứu nạn dùng ngực để đỡ đầu, hai tay xốc dưới nách cho người bị nạn nằm sải với tư thế thoải mái, bơi bằng hai chân đưa nạn nhân vào bờ.



(6)

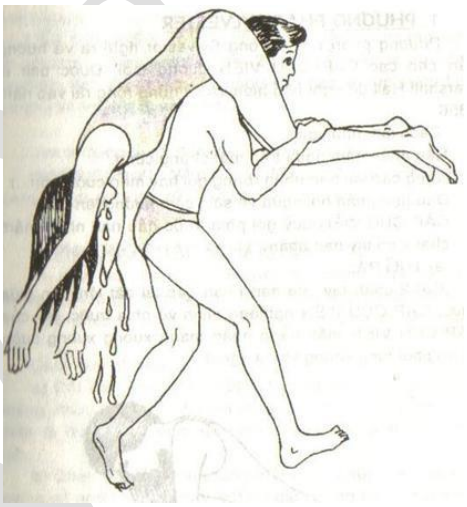
Hình 4. Các cách bơi dìu người bị nạn

3.2. Hà hơi thổi ngạt

Ngạt nước (đuối nước) là tình trạng nước tràn vào phổi làm cho các cơ quan bị thiếu oxy và các chức năng sống của cơ thể ngừng hoạt động. Do vậy, cần xử trí khẩn trương, kiên trì, ngay tại chỗ để giải phóng đường hô hấp.

Nếu nạn nhân còn thở, tim còn đập thì đặt nạn nhân nằm đầu thấp cho nước thoát ra. Lấy khăn mềm bọc ngón tay, móc đờm dãi trong miệng nạn nhân. Thay quần áo, ủ ấm, xoa nóng người. Sau đó, cho uống nước trà đường nóng.

Trường hợp tim còn đập nhưng đã ngừng thở thì dốc ngược nạn nhân (vác lên vai, đầu dốc xuống) để cho nước trong đường hô hấp thoát ra (hình 5).



Hình 5. Xốc nước

Không nên cố tìm cách cho nước trong phổi nạn nhân chảy hết ra ngoài bằng cách xốc nước quá lâu (hơn 4 phút).

Sau đó, đặt nạn nhân trên mặt phẳng cứng, cổ ngửa ra sau.

Móc hết đàm nhớt, dị vật trong miệng nạn nhân ra và tiến hành hà hơi thổi ngạt cho nạn nhân.

Người cấp cứu quỳ bên cạnh, sát ngang vai nạn nhân đang nằm ngửa.

Ngửa đầu nạn nhân để cuống lưỡi không bít kín đường hô hấp (hình 6).



Hình 6. Đầu nạn nhân ngửa ra

Một tay mở miệng, tay còn lại luồn một ngón tay được quấn vải sạch kiểm tra họng nạn nhân, lau hết đờm nhớt, lấy dị vật…

Người thổi ngạt vẫn mở miệng nạn nhân bằng một tay, tay kia vít đầu nạn nhân xuống

Hít thật mạnh rồi áp kín miệng mình vào miệng nạn nhân và thổi mạnh (hình 7).



Hình 7. Thổi vào miệng nạn nhân

Khi ngực nạn nhân phồng lên, người thổi ngạt ngừng thổi, ngẩng đầu lên hít hơi thứ hai.

Khi đó, nạn nhân sẽ tự thở ra được do đàn hồi của lồng ngực.

Thực hiện liên tục với nhịp 14 lần/phút cho đến khi nạn nhân hồi tỉnh, thở trở lại, môi, má hồng hào hoặc cho đến khi nạn nhân có dấu hiệu chết hẳn (đồng tử trong mắt giãn to, thường từ 1-2giờ sau) và có ý kiến của y, bác sĩ.

3.3. Thổi ngạt kết hợp với ấn tim (xoa bóp ngoài lồng ngực)

Nếu nạn nhân mê man, không nhúc nhích, tím tái, ngừng thở, không nghe tim đập, phải lập tức ấn tim ngoài lồng ngực kết hợp với hà hơi thổi ngạt (hình 8).

Một người tiến hành hà hơi thổi ngạt như trên.

Một người thực hiện ấn tim.

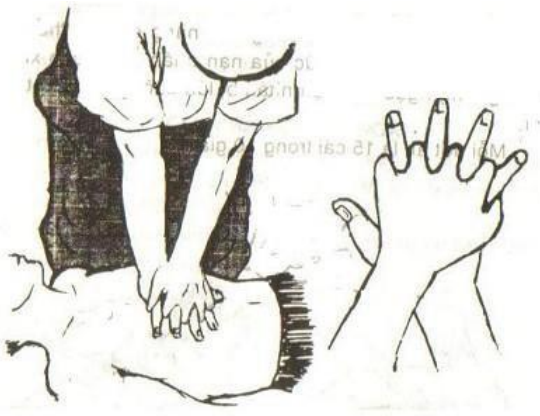


Hình 8. Thổi ngạt kết hợp ấn tim

Hai bàn tay người ấn tim chồng lên nhau, đè 1/3 dưới xương ức nạn nhân (hình 9).

Ấn mạnh bằng cả sức cơ thể tì xuống vùng ức (không tì sang phía xương sườn để tránh nạn nhân có thể bị gãy xương).

Cứ ấn tim 4-5 lần thì lại thổi ngạt một lần, tức ấn khoảng 50-60 lần/phút.



Hình 9. Tư thế tay ấn tim

Thổi ngạt kết hợp với ấn tim là phương pháp hiệu quả nhất, nhưng khi nạn nhân bị thương tổn cột sống thì không nên làm động tác ấn tim.

3.4. Hô hấp nhân tạo

- Cách 1:

1. Đặt nạn nhân nằm sấp trên mặt phẳng cứng, đầu nghiêng và gối cằm lên 2 bàn tay sấp lại với nhau.

2. Kéo lưỡi nạn nhân ra để thông khí.

3. Người làm hô hấp quỳ gối trước đầu nạn nhân, đặt hai bàn tay lên lưng nạn nhân, hai ngón tay cái chạm vào nhau, bàn tay ở dưới đường vòng ngực (đường chạy giữa nách nạn nhân), hai cánh tay giang thẳng ra.



Đặt tay lên lưng nạn nhân

4. Nghiêng người về phía trước, tạo lực ép lên lưng nạn nhân.



Ấn xuống lưng nạn nhân

5. Buông ra từ từ trong 2-3 giây.

6. Ngã người về phía sau, lướt bàn tay trên cánh tay nạn nhân.



Lướt trên cánh tay nạn nhân

7. Nắm hai cánh tay của nạn nhân trên khuỷu tay (cùi chỏ) rồi kéo về phía mình (giữ y như vậy khoảng 2-3 giây).

8. Đặt hai tay nạn nhân xuống đất.



Kéo cánh tay nạn nhân

Lặp lại chu kỳ 12 lần/phút.

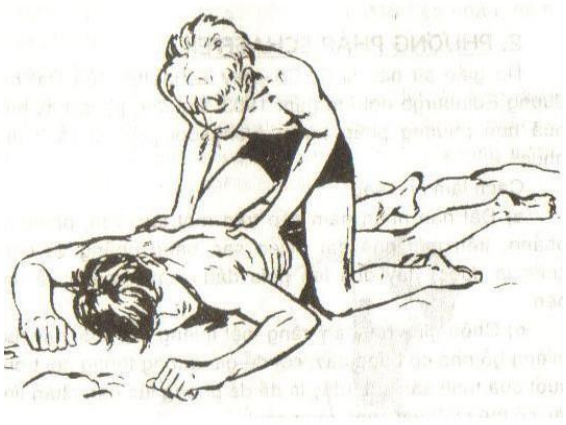
Hình 10. Hô hấp nhân tạo nạn nhân nằm sấp, người cứu ở phía đầu nạn nhân

- Cách 2

Đặt người bị nạn nằm sấp, một tay gối dưới đầu, một tay duỗi thẳng, mặt nghiêng về phía tay duỗi.

Moi đờm nhớt trong miệng nạn nhân ra và kéo lưỡi ra nếu lưỡi thụt vào.

Người làm hô hấp quỳ hai đầu gối hai bên hông nạn nhân, hai bàn tay để vào hai bên cạnh sườn, hai ngón tay cái sát sống lưng nạn nhân.



Hình 11. Người cứu nạn quỳ trên lưng nạn nhân

Ấn tay xuống bằng cả người đổ về phía trước, đếm đến 3 rồi từ từ đưa người thẳng về, tay vẫn để ở lưng nạn nhân, đếm đến 3 rồi lại ấn tay xuống để lặp lại thao tác.

Thực hiện đều 12 lần/phút theo nhịp thở của người cấp cứu cho đến khi nạn nhân thở được hoặc có ý kiến của y, bác sĩ.

- Cách 3:

Đặt nạn nhân nằm ngửa, thân hơi ưỡn lên bằng cách đặt một cái gối hoặc quần áo vo tròn lại, đầu hơi ngửa.

Một người lấy khăn sạch kéo lưỡi nạn nhân ra và giữ cố định.

Người làm hô hấp quỳ phía trước, cách đầu nạn nhân độ 20-30cm, hai tay cầm lấy hai cánh tay của nạn nhân ở gần khuỷu.

Từ từ đưa hai cánh tay nạn nhân lên phía trên đầu, sau 2-3 giây lại nhẹ nhàng đưa tay nạn nhân xuống dưới, gập lại và lấy sức của người cứu để ép khuỷu tay nạn nhân vào lồng ngực của họ, sau đó 2-3 giây lại đưa trở lên đầu.



Hình 12. Người cứu nạn quỳ phía trước nạn nhân

Thực hiện 16-18 lần/phút theo nhịp đếm đều đến 3 lúc hít vào và thở ra cho đến khi nạn nhân thở được hoặc có ý kiến của y, bác sĩ.

GDVN