

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор ЧУ ДПО "Орловский
учебный комбинат"

Н.И. Блахов

2015 г.



ПЛАН И ПРОГРАММА

ПОДГОТОВКИ ИНСТРУКТОРОВ МАССОВОГО ОБУЧЕНИЯ ПО ОКАЗАНИЮ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ НА ПРОИЗВОДСТВЕ И ПЕРСОНАЛА ФИЛИАЛА ПАО "МРСК ЦЕНТРА"- "ОРЕЛЭНЕРГО" ПО ОКАЗАНИЮ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ НА ПРОИЗВОДСТВЕ.

1.0	Курсовые занятия	40
Итого:		40
2.	Практический курс	
Проведение занятий в учебной группе по разделам:		
2.1	Травмирующие факторы. Освобождение пострадавших от травмирующих факторов	8
2.2	Рейтинговая помощь	6
2.3	Первая помощь при несчастных случаях на производстве	8
2.4	Обработка раны, оказание первой помощи при ожогах, обморожении, утопление, отравление, оказание первой помощи при укусах насекомых и животных.	4
2.5	Подготовка отчета по практическому курсу	4
Итого:		36
ВСЕГО:		76

г. Орел, 2015 г.

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

В соответствии со статьей 31 ФЗ РФ от 21 ноября 2011 г. N 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации" первая помощь до оказания медицинской помощи оказывается гражданам при несчастных случаях, травмах, отравлениях и других состояниях и заболеваниях, угрожающих их жизни и здоровью, лицами, обязанными оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом и имеющими соответствующую подготовку.

Согласно статьи 212 Трудового кодекса Российской Федерации работодатель обязан обеспечить обучение работников безопасным методам и приемам выполнения работ и оказанию первой помощи пострадавшим на производстве.

Обучение персонала оказанию первой помощи пострадавшим на производстве имеют право проводить обученные и аттестованные инструкторы.

Данная программа имеет целью реализовать требования названного Федерального закона и инструкции РАО "ЕЭС России" в плане подготовки инструкторов массового обучения.

Программа состоит из двух блоков: теоретического курса в объеме 40 час. и практического курса в объеме 36 час.

Программа может быть использована как для подготовки персонала филиала ПАО "МРСК Центра"- "Орелэнерго", так и сторонних организаций оказанию первой помощи пострадавшим на производстве, так и инструкторов массового обучения навыкам оказания первой помощи.

После обучения инструкторы сдают экзамен, а по результатам практического курса отчет.

II. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

программы подготовки инструкторов массового обучения по оказанию первой помощи при несчастных случаях на производстве и персонала ПАО "МРСК Центра"- "Орелэнерго" оказанию первой помощи при несчастных случаях на производстве.

№ п/п	Содержание	Всего часов за курс обучения
1.	Теоретический курс	
1.1.	Общие требования. Травмирующие факторы.	4
1.2.	Освобождение пострадавших от травмирующих факторов.	2
1.3.	Правила быстрой оценки состояния пострадавшего и выбора тактики оказания первой помощи	2
1.4.	Основные положения реанимационной помощи.	4
1.5.	Основные положения первой помощи при несчастных случаях на производстве.	8
1.6.	Тактика действий в случаях большого количества пострадавших.	3
1.7.	Практические занятия: Отработка навыков реанимации на тренажере "Витим".	8
1.8.	Правила вызова скорой помощи, спасательных служб, службы экстренной психиатрической помощи.	1
1.9.	Контроль состояния здоровья перед началом работы.	4
1.10.	Консультации, экзамен.	4
	ИТОГО:	40
2.	Практический курс*	
	Проведение занятий в учебной группе по разделам:	
2.1.	Травмирующие факторы. Освобождение пострадавших от травмирующих факторов.	8
2.2.	Реанимационная помощь.	8
2.3.	Первая помощь при несчастных случаях на производстве.	8
2.4.	Отработка навыков реанимации на тренажере, отработка навыков наложения повязок и иммобилизации.	8
2.5.	Подготовка отчета по практическому курсу.	4
	ИТОГО:	36
	ВСЕГО:	76

* Обязателен только для инструкторов-реаниматоров.

III. ПРОГРАММА ПОДГОТОВКИ ИНСТРУКТОРОВ МАССОВОГО ОБУЧЕНИЯ ПО ОКАЗАНИЮ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ НА ПРОИЗВОДСТВЕ И ПЕРСОНАЛА ПАО "МРСК ЦЕНТРА"-"ОРЕЛЭНЕРГО" ПО ОКАЗАНИЮ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ НА ПРОИЗВОДСТВЕ

Теоретический курс.

1.1. Общие требования. Травмирующие факторы.

Обзор случаев травматизма на предприятиях ПАО "Россети" и в ПАО "МРСК Центра"- "Орелэнерго". Травмирующие факторы при работе в электроустановках: поражение электрическим током; факторы, усиливающие роль поражающего действия тока; действие электрического тока на организм человека; виды поражения электрическим током.

Травмирующие факторы при работе на высоте. Травмирующие факторы при работе с грузоподъемными сооружениями. Травмирующие факторы при обслуживании паровых и водогрейных котлов, трубопроводов пара и горячей воды. Травмирующие факторы при обслуживании сосудов под давлением. Травмирующие факторы при обслуживании газопотребляющих систем. Другие случаи травматизма. Организация обучения персонала приёмам оказания первой медицинской, экстренной реанимационной помощи пострадавшим при несчастных случаях. Ответственность за осуществление обучения на предприятиях. Назначение первой медицинской, экстренной реанимационной помощи.

Требования к лицу, оказывающему первую помощь пострадавшему. Обеспечение рабочих мест медицинскими средствами и препаратами.

Общие правила оказания первой помощи. Краткие анатомо-физиологические сведения об организме человека.

Последовательность действий при оказании первой помощи пострадавшему.

1.2. Освобождение пострадавших от травмирующих факторов.

Соблюдение собственной безопасности.

Освобождение пострадавшего от действия электрического тока в электроустановках до и выше 1000 В, на воздушных линиях напряжением 6-110 кВ. (спуск пострадавшего с высоты). Спасание на водах: извлечение из воды; помощь уставшему при плавании человеку; помощь тонущему, буксировка тонущего. Тушение горячей одежды на пострадавшем. Подъём пострадавшего из подземного сооружения или резервуара. Освобождение пострадавших от других травмирующих факторов.

1.3. Правила быстрой оценки состояния пострадавшего и выбора тактики оказания первой помощи.

Общие требования к действиям персонала при оказании первой медицинской помощи и реанимации пострадавшего. Основные цели и задачи первой медицинской, экстренной реанимационной помощи.

Порядок действий персонала во всех случаях острых состояний, угрожающих жизни пострадавших.

Признаки опасных повреждений и состояний пострадавшего: признаки клинической смерти, признаки поражения электрическим током, признаки травм, признаки кровотечений, признаки утопления, признаки термических воздействий, признаки воздействий ядовитых веществ, других опасных воздействий.

Действия при обнаружении признаков биологической смерти.

1.4. Основные положения реанимационной помощи.

Терминальные состояния: преагония, терминальная пауза, агония, клиническая смерть. Динамика умирания. Основные показания к реанимации. Элементы реанимации: определение состояния пострадавшего; восстановление проходимости дыхательных путей, устранение закупорки дыхательных путей инородными телами; искусственная вентиляция лёгких (методы и ошибки ИВЛ), наружный массаж сердца.

Тактика реанимации. Техника реанимации: реанимация одним и двумя спасателями. Предупреждение нарушений проходимости дыхательных путей после реанимации.

Реанимация при поражении электрическим током: на земле, в помещении и на опорах линий электропередачи.

Реанимация при других видах опасных воздействий, вызвавших прекращение работы сердца.

1.5. Основные положения первой помощи при несчастных случаях на производстве.

Симптомы и техника первой помощи:

- Внезапная остановка сердца. Искусственное дыхание и наружный массаж сердца. Сердечно-легочная реанимация. Искусственная вентиляция лёгких. Техника наружного массажа сердца;
- При внезапной потере сознания; при попадании инородных тел в дыхательные пути;
- При поражении электрическим током. Освобождение от действия электрического тока. Оказание первой помощи;
- При опасных кровотечениях. Виды кровотечений. Способы остановки кровотечения;
- При получении травм после падения с высоты и других. Первая помощь при ранениях. Первая помощь при ушибах, растяжении, сдавлении и вывихах. Первая помощь при переломах. Имобилизация. Первая помощь при травматическом шоке, коме и обмороке;
- После автодорожного происшествия;
- При утоплении. Порядок действий при оказании первой помощи при утоплении;
- При синдроме длительного сдавливания;
- При термических воздействиях, в т.ч. переохлаждении и обморожении. Тепловой и солнечный удар. Термические ожоги кожи. Химические ожоги. Отморожения. Общее переохлаждение;
- При проникающих ранениях грудной клетки, живота;
- При ранениях головы и шеи;
- После укуса ядовитых животных и насекомых. Первая помощь при укусах ядовитых змей. Первая помощь при укусах пчел, ос, шмелей, шершней и клещей. Первая помощь при укусах животных;
- При аллергических реакциях;
- При попадании инородных тел в глаз и дыхательные пути;
- При ранениях конечностей, переломах, вывихах, ушибах, растяжении связок;
- При пищевых отравлениях и отравлениях токсичными газами и веществами. Первая помощь при отравлении химическими веществами, алкоголем, окисью углерода. Пищевые отравления, отравления грибами;
- В случаях эпилептического припадка;
- При химических ожогах.

Виды повязок и способы их наложения. Цель и способы иммобилизации при переломах костей верхних конечностей, плечевого пояса, бёдер и костей нижних конечностей; при переломах позвоночника. Шины Крамера и техника иммобилизации подручными средствами.

Способы переноски и перевозки пострадавших при различных видах травм. Виды транспортировки пострадавших при различных повреждениях без использования вспомогательных средств и с применением подручных материалов.

Аптечка для оказания первой помощи. Набор изделий медицинского назначения аптечек для оказания первой помощи работникам.

1.6. Тактика действий при большом количестве пострадавших.

Тактика действий и оказания первой помощи при катастрофах, стихийных бедствиях, террористических актах, захватах заложников.

1.7. Практические занятия.

Отработка навыков реанимации на тренажере "Витим".

1.8. Правила вызова скорой помощи, спасательных служб, службы экстренной психиатрической помощи.

1.9. Контроль состояния здоровья перед началом работы.

Измерение артериального давления. Обстановка при измерении давления. Подготовка к измерению и продолжительность отдыха. Размер и положение манжеты тонометра. Положение стетоскопа (фонедоскопа). Накачивание и выпускание воздуха из манжеты. Систолическое и диастолическое артериальное давление. Виды и типы средств измерения АД.

Классификация уровней артериального давления.

Согласно данной классификации, принятой в 1999 году ВОЗ, к категории «норма» АД относятся следующие показатели:

1. Оптимальное – менее 120/80 мм рт. ст.
2. Нормальное – менее 130/85 мм рт.ст.
3. Нормальное повышенное – 130-139/85-89 мм рт.ст.

А показатели артериальной гипертензии классифицируются по степеням:

- 1 степень (гипертензия мягкая) – 140-159/90-99 мм рт.ст.
- 2 степень (гипертензия умеренная) – 160-179/100-109 мм рт.ст.
- 3 степень (гипертензия тяжелая) – 180 и выше/110 и выше
- Пограничная гипертензия — 140-149/90 и ниже. (Подразумевает эпизодическое повышение АД с последующей спонтанной его нормализацией).
- Изолированная систолическая гипертензия — 140 и выше/90 и ниже. (Систолическое артериальное давление повышено, а диастолическое остается в норме).

Интерпретация результатов измерения АД.

Проверка выдыхаемого воздуха на присутствие паров алкоголя с использованием алкотестеров типа Drivesafe, Динго Pro и их аналогов. Подготовка к проведению тестирования. Интерпретация результатов. Признаки алкогольного опьянения.

1.10. Консультация, экзамен.

IV. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.

Основной формой проведения занятий являются лекции и практические занятия, которые проводятся как в учебном комбинате, так и на базе областного центра медицины катастроф. К преподаванию привлекаются преподаватели комбината, медицинских учреждений.

При подготовке используются робот-тренажер Гоша, шины Крамера, аптечка, перевязочные материалы.

Видеоматериалы по программе.

Подборка видеофильмов по:

1. Вывихам - 1 ед.;
2. Инородным телам - 1 ед.;

3. Ожогам - 2 ед.;
4. Отравлениям - 1 ед.;
5. Переломам и ушибам - 6 ед.;
6. Повязкам - 39 ед.;
7. Сердечно-легочной реанимации - 3 ед.;
8. Термическому воздействию - 3 ед.;
9. Транспортной иммобилизации и транспортировке пострадавших - 10 ед.

Также имеются в наличии еще 10 видеофильмов по различным аспектам оказания помощи пострадавшим.

Промежуточная проверка знаний проводится в виде устных опросов.

Частично нормативные и правовые документы доступны в электронной библиотеке учебного комбината.

Практический курс.

Прошедший теоретическое обучение инструктор-реаниматор должен провести занятия по вопросам оказания первой помощи пострадавшим в группе, имеющей в составе не менее 6 - ти человек. Тематический план обучения указан на оборотной стороне отчета. По результатам обучения необходимо провести тестирование обучающихся по билетам утвержденной программы. Отчет о результатах практического курса направить в учебный комбинат. Форма отчета о прохождении практического курса приводится ниже:

Отчет о прохождении практического курса инструктором-реаниматором.

Ф.И.О. Обучающегося _____ _____ _____	Вопросы билета № _____	Оценка
	Вопрос 1 _____ _____	
	Вопрос 2 _____ _____	
	Вопрос 3 _____ _____	
	Итоговая оценка	
Ф.И.О. Обучающегося _____ _____ _____	Вопросы билета № _____	Оценка
	Вопрос 1 _____ _____	
	Вопрос 2 _____ _____	
	Вопрос 3 _____ _____	
	Итоговая оценка	
Ф.И.О. Обучающегося _____ _____ _____	Вопросы билета № _____	Оценка
	Вопрос 1 _____ _____	
	Вопрос 2 _____ _____	
	Вопрос 3 _____ _____	
	Итоговая оценка	
Заключение инструктора об усвоении материалов программы, предложения по совершенствованию программы обучения	Краткое описание тем, наиболее слабо освоенных слушателями: Замечания и предложения:	

Инструктор-реаниматор _____ (ФИО) _____ (подпись)

Оборотная сторона отчета.

2.	Практический курс	
	Проведение занятий в учебной группе по разделам:	
2.1.	Травмирующие факторы. Освобождение пострадавших от травмирующих факторов.	8
2.2.	Реанимационная помощь: Реанимация при поражении электрическим током: на земле, в помещении и на опорах линий электропередачи. Реанимация при других видах опасных воздействий, вызвавших прекращение работы сердца. Техника реанимации одним и двумя спасателями.	8
2.3.	Первая помощь при несчастных случаях на производстве: <ul style="list-style-type: none"> • при внезапной потере сознания; при попадании инородных тел в дыхательные пути; • при поражении электрическим током; • при опасных кровотечениях; • после падения с высоты; • после автодорожного происшествия; • после утопления; • при синдроме длительного сдавливания; • при термических воздействиях, в т.ч. переохлаждении и обморожении); • при проникающих ранениях грудной клетки, живота; • при ранениях головы и шеи; • после укуса ядовитых животных и насекомых; • при аллергических реакциях; • в случаях обморока и развития комы; • при попадании инородных тел в глаз и дыхательные пути; • при ранениях конечностей, переломах, вывихах, ушибах, растяжении связок; • при пищевых отравлениях и отравлениях токсичными газами; • в случаях эпилептического припадка; при химических ожогах.	8
2.4.	Отработка навыков реанимации на тренажере, отработка навыков наложения повязок и иммобилизации. Отработка навыков измерения артериального давления и определения уровня алкоголя в крови.	8
2.5.	Подготовка отчета по практическому курсу.	4
	ИТОГО:	36

РЕКОМЕНДУЕМЫЕ УЧЕБНЫЕ ПОСОБИЯ:

1. Инструкция по оказанию первой помощи при несчастных случаях на производстве, утверждена правлением РАО "ЕЭС России 21.06.2007 г., Москва ГАЛО БУБНОВ, 2008 г.
2. Приказ Минздравсоцразвития России от 4.05.2012 N 477н "Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи".

Экзаменационные билеты по программе обучения персонала предприятий ПАО "МРСК ЦЕНТРА" - "ОРЕЛЭНЕРГО" оказанию первой медицинской помощи.

Билет № 1. Оказание первой медицинской помощи.

1.	Терминальные состояния. Определение. Виды. Симптомы.
2.	Что должен знать и уметь спасатель.
3.	Методы временной остановки кровотечения из бедренной артерии.
4.	Измерение артериального давления.

Билет № 2. Оказание первой медицинской помощи.

1.	Динамика умирания.
2.	Правила вызова скорой помощи и спасательных служб.
3.	Кровотечения. Виды. Признаки.
4.	В каких случаях нельзя давать пить пострадавшему?

Билет № 3. Оказание первой медицинской помощи.

1.	Сердечно – легочная реанимация. Определение. Показания.
2.	Первая медицинская помощь, определение, цель.
3.	Транспортная иммобилизация, определение. Основной способ иммобилизации.
4.	Действия спасателя при травматическом шоке.

Билет № 4. Оказание первой медицинской помощи.

1.	Действия спасателей при оказании реанимационной помощи.
2.	Способы остановки артериального кровотечения.
3.	Помощь при переломе позвоночника.
4.	Контроль содержания алкоголя в крови человека.

Билет № 5. Оказание первой медицинской помощи.

1.	Этапы реанимации. Ошибки при проведении ИВЛ и непрямого массажа сердца.
2.	Внутренние кровотечения, симптомы, первая помощь.
3.	Остановка капиллярного кровотечения.
4.	Интерпретация результатов измерения артериального давления.

Билет № 6 Оказание первой медицинской помощи.

1.	Смерть клиническая и биологическая. Признаки.
2.	Первая помощь при укусах насекомых.
3.	Симптомы перегрева, первая помощь.
4.	Место наложения кровоостанавливающего жгута при венозном кровотечении.

Билет № 7 Оказание первой медицинской помощи.

1.	Определение дефибриляции, способы ее проведения.
2.	Способы остановки кровотечения из бедренной артерии.
3.	Показатели эффективности реанимационных мероприятий.
4.	Подготовка к проведению тестирования на присутствие алкоголя в крови.

Билет № 8 Оказание первой медицинской помощи.	
1.	Инородные тела в дыхательных путях. Причины. Методы удаления.
2.	Порядок действий спасателя при состояниях угрожающих жизни.
3.	Первая помощь при переломе костей и растяжении связок голеностопного сустава.
4.	Показания к проведению искусственной вентиляции легких.

Билет № 9 Оказание первой медицинской помощи.	
1.	Освобождение дыхательных путей. Техника проведения.
2.	Помощь на воде утопающему.
3.	Правила переноса пострадавшего от несчастного случая.
4.	Характерные признаки артериального кровотечения.

Билет № 10 Оказание первой медицинской помощи.	
1.	Мероприятия по восстановлению проходимости дыхательных путей.
2.	Техника наложения стандартного жгута. Контроль эффективности.
3.	Техника иммобилизации с использованием подручных средств при переломах
4.	Систолическое давление.

Билет № 11 Оказание первой медицинской помощи.	
1.	Методы искусственной вентиляции легких. Показания к применению.
2.	Правила наложения жгута. Контроль эффективности.
3.	Первая помощь при обморожении.
4.	Интерпретация результатов тестирования на наличия алкоголя в крови.

Билет № 12 Оказание первой медицинской помощи.	
1.	Наружный массаж сердца. Техника проведения. Контроль эффективности.
2.	Способы остановки венозного кровотечения.
3.	Первая помощь при поражении электрическим током.
4.	Как определить является ли артериальное давление нормальным?

Билет № 13 Оказание первой медицинской помощи.	
1.	Этапы реанимации. Показания к проведению реанимационных мероприятий.
2.	Раны. Виды ран. Симптомы. Первая помощь.
3.	Перелом шейного отдела позвоночника. Осложнения. Первая помощь.
4.	Последовательность действий при измерении артериального давления.

Билет № 14 Оказание первой медицинской помощи.	
1.	Методы контроля эффективности реанимации. Время осуществления реанимации.
2.	Транспортная иммобилизация. Показания к проведению.
3.	Ожоги. Симптомы. Первая помощь.
4.	Подготовка работника к проверке артериального давления.

Билет № 15 Оказание первой медицинской помощи.	
1.	Мероприятия при массивном кровотечении.
2.	Термические поражения. Виды первой медицинской помощи.
3.	Мероприятия при рвоте.
4.	Как проверить содержание алкоголя в крови с помощью алкотестера?

Билет № 16 Оказание первой медицинской помощи.	
1.	Первая помощь при аллергических реакциях.
2.	Химические ожоги. Признаки. Первая помощь.
3.	Повязки. Виды повязок. Правила наложения повязок.
4.	Как правильно обработать рану?

Билет № 17 Оказание первой медицинской помощи.	
1.	Техника реанимации. Последовательность действий. Контроль эффективности.
2.	Переломы костей скелета. Основные симптомы. Первая помощь.
3.	Обморожения. Степени. Клинические признаки. Первая помощь.
4.	Признаки алкогольного опьянения.

Билет № 18 Оказание первой медицинской помощи.	
1.	Искусственная вентиляция легких. Определение. Техника проведения.
2.	Этапы реанимации. Непрямой массаж сердца. Показания, техника проведения.
3.	Первая помощь при отравлении уксусной кислотой.
4.	Действие спасателя при закрытом переломе со смещением костей.

Билет № 19 Оказание первой медицинской помощи.	
1.	Шок. Определение. Виды шока.
2.	Укусы змей, насекомых. Симптомы. Первая медицинская помощь.
3.	Как оказать первую медицинскую помощь при переломе костей таза?
4.	Систолическое давление.

Билет № 20 Оказание первой медицинской помощи.	
1.	Реанимация при поражении электрическим током.
2.	Принципы переноса пострадавшего на носилках при травмах.
3.	Восстановление проходимости дыхательных путей при утоплении.
4.	Основные признаки травматического вывиха.

Билет № 21 Оказание первой медицинской помощи.	
1.	Пищевые отравления, симптомы, первая помощь.
2.	Химические ожоги, признаки, оказание помощи.
3.	Помощь пострадавшему при укусе насекомых.
4.	Признаки теплового удара.

Билет № 22 Оказание первой медицинской помощи.	
1.	Вывихи и растяжения, оказание первой помощи.
2.	Действия спасателей при ранении головы.
3.	Техника наложения повязок при артериальных и венозных кровотечениях на шею.
4.	Что можно использовать в качестве шины при отсутствии подходящей?

Билет № 23 Оказание первой медицинской помощи.	
1.	Обморок, определение, симптомы, первая помощь.
2.	Первая помощь при попадании инородных тел в глаза.
3.	Синдром длительного сдавливания.
4.	На какой срок можно накладывать жгут летом, зимой?

Билет № 24 Оказание первой медицинской помощи.	
1.	Реанимация при утоплении, первая помощь на воде, при буксировке.
2.	Признаки сотрясения головного мозга.
3.	Отравления токсическими газами, симптомы, первая помощь.
4.	Что запрещается при наложении повязки на открытую рану?

Билет № 25 Оказание первой медицинской помощи.	
1.	Первая помощь при открытых переломах костей скелета.
2.	Вывихи и растяжения. Оказание первой помощи
3.	Реанимация, определение. Этапы реанимации. Показания к проведению.
4.	Диастолическое давление.

Учебную программу и билеты
разработал заместитель директора
ЧУ ДПО "Орловский учебный комбинат"

/ Г.В. Гиловой /

Программа и билеты согласованы:
начальник Службы охраны труда
филиала ПАО "МРСК Центра" - "Орелэнерго"

/ А.В. Шарин /