Электр қауіпсіздігі

Ток күші	Адамға әсері
1 мА	сезіледі
10 мА	бұлшықет тартылады, сымды жіберу қиын
50 мА	тыныс алу бұзылады
100 мА	жүрек фибрилляциясы, өмірге қауіпті

ТОК СОҚҚАНДА АЛҒАШҚЫ КӨМЕК

1. **Токты ажыратыңыз: ажыратқыш немесе аша**
2. **Зардап шегушіні ток астында жалаңаш қолмен ұстамаңыз**
3. **Сымды құрғақ ағашпен ысырыңыз**
4. **Жедел жәрдем шақырыңыз: 103 немесе 112**
5. **Тыныс болмаса — жүрек-өкпе реанимациясын бастаңыз**

Қауіпсіз кернеу: құрғақ бөлмеде 36 В-қа дейін, дымқыл бөлмеде 12 В-қа дейін

© 2026 walls.kz. Мектептер мен мұғалімдерге тегін. Коммерциялық басып шығару және сату — тек құқық иесімен шарт бойынша.

Электробезопасность

Сила тока	Действие на человека
1 мА	ощущается
10 мА	судороги мышц, трудно отпустить провод
50 мА	нарушается дыхание
100 мА	фибрилляция сердца, опасно для жизни

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ПОРАЖЕНИИ ТОКОМ

1. **Отключите ток: выключатель или вилка**
2. **Не касайтесь пострадавшего голыми руками, пока он под током**
3. **Отбросьте провод сухой деревянной палкой**
4. **Вызовите скорую помощь: 103 или 112**
5. **Если нет дыхания — начните сердечно-лёгочную реанимацию**

Безопасное напряжение: до 36 В в сухом помещении, до 12 В в сыром

© 2026 walls.kz. Бесплатно для школ и учителей. Коммерческая печать и продажа — только по договору с правообладателем.

Электр қауіпсіздігі

Электробезопасность

Ток күші Сила тока	**Адамға әсері** Действие на человека
1 мА	сезіледі ощущается
10 мА	бұлшықет тартылады, сымды жіберу қиын судороги мышц, трудно отпустить провод
50 мА	тыныс алу бұзылады нарушается дыхание
100 мА	жүрек фибрилляциясы, өмірге қауіпті фибрилляция сердца, опасно для жизни

ТОК СОҚҚАНДА АЛҒАШҚЫ КӨМЕК /

Первая помощь при поражении током

1. **Токты ажыратыңыз: ажыратқыш немесе аша**
   Отключите ток: выключатель или вилка
2. **Зардап шегушіні ток астында жалаңаш қолмен ұстамаңыз**
   Не касайтесь пострадавшего голыми руками, пока он под током
3. **Сымды құрғақ ағашпен ысырыңыз**
   Отбросьте провод сухой деревянной палкой
4. **Жедел жәрдем шақырыңыз: 103 немесе 112**
   Вызовите скорую помощь: 103 или 112
5. **Тыныс болмаса — жүрек-өкпе реанимациясын бастаңыз**
   Если нет дыхания — начните сердечно-лёгочную реанимацию

Қауіпсіз кернеу: құрғақ бөлмеде 36 В-қа дейін, дымқыл бөлмеде 12 В-қа дейін
Безопасное напряжение: до 36 В в сухом помещении, до 12 В в сыром

© 2026 walls.kz. Мектептер мен мұғалімдерге тегін / Бесплатно для школ и учителей. Коммерциялық басып шығару және сату — тек құқық иесімен шарт бойынша / Коммерческая печать и продажа — только по договору с правообладателем.