15 декабря – День профилактики травматизма

10.12.2024г.

Травматизм населения – одна из важнейших проблем общественного здоровья и здравоохранения, актуальность которой определяется не только медицинскими, а и социально-экономическими аспектами, которые обусловлены последствиями травм, нередко стойкой утратой трудоспособности и даже инвалидностью, а также высоким уровнем смертности от внешних причин.

Наибольший уровень травматизма отмечается у мужчин в возрасте 20-49 лет, у женщин – 30-59 лет, и у мужчин он выше во всех возрастных группах.

Травмы составляют около 12% от общего числа заболеваний, являются третьей по значимости причиной смертности и основной причиной в возрасте 1-40 лет.

*Профилактика травм включает*:

* антиалкогольную пропаганду;
* пропаганду здорового образа жизни и быта;
* улучшение условий быта;
* расширение коммунальных услуг населению;
* широкое привлечение общественности.

 *В зимнее время особую озабоченность вызывает гололедная травма. Главное правило – быть предельно внимательным и осторожным и во избежание опасности необходимо:*

* внимательно смотреть под ноги;
* ступать не широко, шагать медленно;
* наступать на всю подошву, но не на носок, не на стопу;
* сторониться неочищенных улиц и обходить скользкие места;
* ходить там, где тротуары посыпаны песком;
* пользоваться обувью с рифленой подошвой;
* девушкам стоит забыть о высоких каблуках.

При падении очень важно правильно оценить свое состояние. Главные признаки перелома или вывиха: резкая боль, нарастающий отек, укорочение поврежденной конечности и невозможность ею нормально двигать. Сотрясение мозга проявляется – потерей сознания (иногда буквально на несколько мгновений), тошнотой, головной болью.

Пострадавший, во что бы то ни стало, должен привлечь внимание прохожих, попросить помощи. Надо вызвать скорую помощь или помочь добраться до ближайшего травмапункта.

Не стоит забывать и про детский бытовой травматизм.

*Основные причины появления травм у детей:*

* ожоги от горячей плиты, посуды, пищи, кипятка, пара, утюга, электроприборов и даже открытого огня;
* падение с кровати, окна, стола и ступенек;
* удушье от мелких предметов (монет, пуговиц, гаек и др.);
* отравление бытовыми химическими веществами (инсектицидами, моющими средствами, отбеливателями и др.);

поражение электрическим током от неисправных электроприборов, обнаженных проводов, от втыкания игл, ножей и других металлических предметов в розетки и настенную проводку.

**Будьте внимательны и осторожны, берегите свое здоровье!**

помощник врача - гигиениста Толстик А.П