

## 15 декабря — День профилактики травматизма



**Травматизм** представляет серьезную угрозу для здоровья и жизни взрослых и детей.

Ежегодно миллионы людей на планете из-за личной беспечности и неосторожности или по чьей-то преступной халатности и безответственности получают травмы, становятся инвалидами, лишаются жизни.

В течение последних 10 лет в Беларуси ежегодно регистрируется более 750 тысяч травм, из них около 150 тысяч или 20% - у детей в возрасте до 18 лет. Около 3 тысяч пострадавших становятся инвалидами, а от 14,4 до 16,5 тысяч умирает в результате полученных травм, отравлений и других последствий воздействия внешних причин.

### ***Что представляют собой травма и травматизм?***

**Травма** – это повреждение тканей или органов тела в результате какого-либо внешнего воздействия (ушибы, ранения и т.п.).

**Травматизм** – совокупность травм, полученных при определенных обстоятельствах у одинаковых групп населения за определенный отрезок времени (месяц, квартал, год и т.п.).

**В зависимости от места получения травм** различают несколько видов травматизма:

- производственный* – промышленный, сельскохозяйственный;
- непроизводственный* – дорожно-транспортный, уличный, бытовой, спортивный, военный;
- детский травматизм* – выделяется в отдельную категорию.

Среди лиц *молодого возраста смертность от травм стоит на первом месте в структуре смертности*. В структуре заболеваемости травматизм стоит на четвертом месте.

Из общего количества травм на бытовые приходится 58,4%, уличные – 22,9%, производственные – 2,8%, дорожно-транспортные – 1,3%, на другие виды травматизма – спортивный, школьный и т.п. – приходится 14,6%. Среди

всех травм переломы составляют 19,7%, раны – 56%, вывихи – 13,8%, остальные – ушибы, повреждения связок, менисков, сухожилий и т.п.

### Дорожно-транспортный травматизм

Длительное время в столице и в республике сохраняются высокие показатели дорожно-транспортного травматизма, получаемые в дорожно-транспортных происшествиях (ДТП), которые нередко сопровождаются увечьями и гибелью людей. Эти травмы и увечья характеризуются наибольшей тяжестью, высокой летальностью, длительным лечением в стационарах (свыше 30 суток), большими материальными затратами. Смертность в результате ДТП составляет 12% от числа всех случаев смерти от внешних причин (травмы, отравления и другие несчастные случаи). По многолетним наблюдениям работников ГАИ, *наибольшее количество ДТП с тяжелыми увечьями и летальным исходом приходится на четверг-пятницу, наименьшее – воскресенье-понедельник; по времени суток – «пик аварийности» приходится на период времени с 15 до 21 часа (до 46% всех ДТП), а по времени года – последний квартал (октябрь-декабрь).*

### Особую тревогу вызывает детский травматизм.



*Дети получают тяжелые травмы, увечья и даже гибнут будучи дома, играя во дворе, на стадионах, в школах, дорожно-транспортных происшествиях. Любознательность и стремление активно познавать окружающий мир при недостаточной силе «тормозных» процессов, отсутствие должного самоконтроля, жизненного опыта приводят к несчастным случаям.*

Значительная часть **дорожного и бытового травматизма** приходится также и на другую «*группу риска*» - *пожилых людей*. В силу своего преклонного возраста, ослабленного организма и здоровья они нередко не

рассчитывают свои силы и возможности и получают травмы и увечья, работая на дачах, приусадебных участках, при ремонте квартир, переходе улиц и дорог.

**Основными причинами** неблагоприятного положения с травматизмом населения столицы являются:

- низкая бытовая, уличная и внутренняя культура и самодисциплина определенной части населения, в том числе водителей автотранспорта;
- высокая плотность населения в столице, скученность домов и малопригодных дворов для детских игр и развлечений, увеличение автотранспорта и отставание качества дорог, системы освещения улиц, регулирования движения транспорта и пешеходов;
- слабый контроль за детьми во внеурочное время, организация на низком уровне интересных и безопасных игр и занятий, отвлекающих от опасных шалостей;
- недостаточная разъяснительная и воспитательная работа с населением, особенно с детьми, подростками;
- слабые административные и иные меры к нарушителям ДТП (пешеходам и водителям), особенно в пьяном виде.

#### ***Меры профилактики травматизма.***

*Имеется целый комплекс практических мероприятий организационно-методической, воспитательной и разъяснительной направленности с различными категориями населения.*

**В дошкольных и учебных заведениях** созданы уголки по безопасности движения;

Проводятся мероприятия по обеспечению безопасности в местах купания людей и т.п.

Но многое зависит от самих граждан, их личной заботы за сохранение собственной жизни и здоровья.

*Взрослые и дети должны всегда знать и помнить:* прогнозирование и предвидение возможных последствий в той или иной ситуации, повышенное внимание и бдительность не только в экстремальных условиях, но и в повседневной жизни, соблюдение Правил дорожного движения – помогут избежать травм и увечий, сохранить жизнь и здоровье на долгие годы.

*Необходимо уметь оказать первую помощь лицам, пострадавшим в ДТП* (это в первую очередь касается участников дорожного движения: водителей, пешеходов).

Чтобы **снизить уровень детского травматизма необходимо** проводить:

- постоянный контроль со стороны взрослых за поведением в детском саду, школе, дома и особенно на улице – является наиболее важной мерой профилактики бытовых травм у детей;
- благоустройство дворов, оборудование в них специальных площадок для игр;
- организация досуга в свободное время и летнего отдыха детей;

- хранение острых и режущих предметов, взрывчатых веществ, ядовитых и легко воспламеняющихся жидкостей в местах, недоступных детям;
- обучение детей правилам пользования острыми предметами домашнего обихода (вилка, нож, перьевая ручка и т.д.).

*Дети должны знать, что их здоровье и благополучие во многом зависят от них самих!*

Родители, воспитатели и педагоги обязаны всегда помнить, что избежать травму детей и подростков можно *только путем воспитания и привития им прочных навыков безопасного поведения*. В выработке у подростков навыков осмотрительного поведения большую роль играет положительный пример взрослых.

# КАК ОБЕЗОПАСИТЬ ДЕТЕЙ ОТ ЗИМНИХ ТРАВМ

Значительное число детских травм зимой происходит из-за неумения правильно кататься на санках, лыжах, коньках.

**Взрослые должны объяснить ребенку, что на санках:**



нельзя кататься с гор, которые выходят на проезжую часть улицы или железнодорожное полотно;



спускаться следует только с пологих гор, без трамплинов, кочек, деревьев или кустов на пути;



в момент падения нужно группироваться.



на санки можно садиться только верхом, ноги не следует ставить на полозья, а нужно держать с боков полусогнутыми;



перед спуском с горки нужно проверить, свободна ли трасса и не собираются ли ее пересекать с другого склона;



**Катанию на лыжах и коньках детей нужно учить, обеспечив средствами защиты: налокотниками, наколенниками, шлемами.**



Источник: РНПЦ травматологии и ортопедии.

© Инфографика

