

18 декабря - день профилактики травматизма.

Травматизм занимает ведущее место в структуре заболеваемости и является одной из основных причин первичной инвалидности и смертности взрослого населения наиболее трудоспособного возраста и детей. Ежегодно в нашей республике травмируется около 800 тысяч человек, от несчастных случаев и отравлений каждый год погибают люди. В структуре травматизма, по данным РНПЦ травматологии и ортопедии, преобладают бытовые травмы - 56,1%, второе место занимают уличные травмы - 17,5%, детские травмы - 16,5%, спортивные травмы - 6,8%, производственные - 1,3%, дорожно-транспортные составляют 1.8%.

Чаще всего травмы происходят по независящим от нас причинам: неосторожности, поспешности, недостаточной аккуратности, неумелого обращения с горячими жидкостями, химическими веществами. Более 70% бытовых повреждений происходит в результате падений: на скользком неровном полу в кухне и коридорах, с табуреток, на неосвещенной лестничной клетке, выщербленных ступенях, в непогоду, во дворе. В пожилом возрасте зачастую падают из-за головокружения в результате расстройства мозгового кровообращения, сердечной слабости, переоценки своих физических возможностей. У пожилых людей падения часто заканчиваются переломами костей, они должны об этом всегда помнить и не браться тяжелой непосильную работу.

Особенно опасны травмы головы. При тошноте, рвоте, потере сознания (даже кратковременной), головокружении следует направить пострадавшего в больницу. Нелеченые или недолеченные травмы головы могут иметь серьезные последствия: головные боли, ослабление памяти, судороги и др.

Около 50% бытовых травм происходит в состоянии опьянения. Повреждения эти бывают очень тяжелыми. Пьяный не отдает себе отчета - страдает не только он сам, но и окружающие его люди, члены семьи, дети. Пьяный опасен везде: в квартире, во дворе, на улице. Он неадекватно оценивает ситуацию и не способен быстро реагировать на возникающую опасность. Поэтому борьба с пьянством - одна из действенных мер сокращения травматизма.

Травматизм у детей обусловлен, в основном, особенностями возраста, отсутствием необходимого житейского опыта, повышенной любознательностью, склонностью к шалостям. Большое значение для предупреждения травм у детей имеют: правильная организация быта в детских учреждениях и дома, надлежащий присмотр за ними, систематическая воспитательная работа. Бытовые травмы у детей нередко возникают при небрежном хранении горючих и взрывоопасных веществ; на неисправных игровых площадках; при занятиях физкультурой и спортом. Взрослым следует об этом помнить и чаще напоминать ребенку о мерах его безопасности.

Особую тревогу вызывает дорожно - транспортный травматизм. Характерна тенденция к его росту во всем мире, что связано с увеличением числа автомобилей, возрастанием их мощности и скорости. Каждый год в республике, вследствие дорожных происшествий страдает большое количество людей. Причины дорожно - транспортных происшествий: несоблюдение правил дорожного движения водителями и пешеходами, техническая неисправность транспортных средств, неблагоприятные дорожные условия (гололедица), употребление алкоголя,

не использование защитных шлемов и ремней безопасности.

Особого внимания заслуживает травматизм при езде на велосипедах, на детей в возрасте 10-14 лет приходится половина подобных повреждений. Характер травм разнообразен: от легких ссадин при падении до крайне тяжелых комбинированных повреждений, в ряде случаев заканчивающихся смертельным исходом. Непосредственной причиной этих тяжелых увечий являются наезды и столкновения с движущимся транспортом.

Профилактикой детского травматизма озабочен весь мир. Профилактические мероприятия, направленные на предупреждение и снижение детского травматизма, следует проводить целенаправленно, исходя из причин и обстоятельств возникновения травм.

Задача взрослых - не бороться с физиологически оправданной активностью, а отвлечь детей от рискованных шалостей, заполнить их досуг разумными играми. Необходимо научить детей предвидеть травмоопасную ситуацию и втолковать им, что:

- нельзя бегать по дому;
- нельзя лазать по деревьям, крышам сараев и гаражей;
- нужно соблюдать осторожность, катаясь на качелях;
- занимаясь в секциях и кружках, необходимо выполнять требования тренера, не залезать на турники без разрешения и не прыгать с них;
- находясь дома, нельзя баловаться с газовой плитой или электроплитой, со спичками;
- нельзя играть с огнеопасными предметами, а также вблизи костра без присмотра взрослых;
- нельзя пытаться самостоятельно отремонтировать неисправные электроприборы;
- нельзя играть на стройплощадках, не подходить к работающей или оставленной без присмотра строительной технике;
- переходить дорогу нужно только на зеленый свет светофора и только по пешеходному переходу; в местах, где нет светофора, не забывать посмотреть, нет ли машин, сначала слева, а затем справа;
- не кататься на велосипеде по проезжей части дороги;
- играя в футбол или в другие подобные игры, не выбегать за мячом на дорогу.

В современном обществе свести количество несчастных случаев к нулю просто невозможно, но предупредить их рост - вполне реально. Запомните: осторожность, дисциплинированность, аккуратность нужны всюду: дома, во дворе, в общественных местах.