19 ДЕКАБРЯ - ДЕНЬ ПРОФИЛАКТИКИ ТРАВМАТИЗМА

**День профилактики травматизма**



Травматизм - это совокупность травм, возникших в определенной группе населения за определенный отрезок времени. Наибольший уровень травматизма отмечается у мужчин в возрасте 20-49 лет, а у женщин - 30-59 лет, причем во всех возрастных группах этот показатель значительно выше у мужчин. Среди всех причин первичной инвалидности и смертности травмы занимают третье место, а у лиц трудоспособного возраста травмы занимают первое место среди причин смерти. Травматизм - часть общей заболеваемости населения.

В нашей стране травмы подразделяют на:

**1. Производственные:**



* промышленные;
* сельскохозяйственные;
* строительные;
* на транспорте;

**2. Непроизводственные:**

* бытовые;
* уличные;
* дорожно-транспортные;
* спортивные;
* школьные;
* детские и пр.

**Производственная травма** - травма, полученная работающим на производстве и вызванная несоблюдением требований безопасности труда.

Причины производственных травм разделяются на:

**1. Организационные:**

* недостатки в организации и содержании рабочего места;
* применение неправильных приемов работы, недостаточный надзор за работой, за соблюдением правил техники безопасности;
* допуск к работе неподготовленных рабочих;
* плохая организация трудового процесса, отсутствие или неисправность индивидуальных защитных приспособлений.

**2. Санитарно-гигиенические:**

* отсутствие специальной одежды и обуви или их дефекты;
* неправильное освещение рабочих мест;
* чрезмерно высокая или низкая температура воздуха в рабочих помещениях;
* производственная пыль, недостаточная вентиляция, захламленность и загрязненность производственной территории.

**3. Личного характера:**

* заболевание или утомление рабочего;
* недостаточная квалификация;
* неудовлетворительные бытовые условия;
* алкогольное опьянение.

**Меры предупреждения производственного травматизма** сводятся к устранению непосредственных или способствующих причин его возникновения:

* максимальная механизация и автоматизация технологических процессов, направленных на ликвидацию ручных операций сокращение до минимума перекрещивающихся грузопотоков, ручной переноски изделий, подъем грузов и т.д.;
* для складирования изделий и полуфабрикатов, а также запасных частей и оборудования следует отводить специальные безопасные места, чтобы не загромождать ими рабочие площади, проходы;
* технологическое оборудование и инструменты должны полностью соответствовать своему назначению и всегда находиться в исправном состоянии;
* движущиеся и вращающиеся детали машин и агрегатов, а также места возможного соприкосновения с горячими поверхностями, едкими жидкостями и другими веществами должны быть ограждены. Необходимо строго следить за установкой этих ограждений после ремонта, смазки или замены оборудования;
* все электрооборудование в цехах обязательно заземляется, причем состояние заземления периодически контролируется и в случае выявления его нарушения - исправляется. Места открытых контактов ограждаются защитными щитками или кожухами;
* состояние подъемно-транспортного оборудования, а также аппаратов, находящихся под давлением, подлежит периодическому контролю.
* хорошее освещение, поддержание чистоты и порядка на рабочем месте и в цехе в целом также способствуют сокращению травматизма.

Для того чтобы исключить производственный травматизм, необходимо строго соблюдать правила техники безопасности, рабочие должны обеспечиваться исправными средствами индивидуальной защиты и спецодеждой. Для оказания первой медицинской помощи должны быть в наличии аптечки с пополняемым набором медикаментов, перевязочного материала, шин и др. Все вновь принимаемые на работу лица проходят периодический медицинский осмотр и обязательный инструктаж по технике безопасности. Пополнение знаний в этой области и их проверка должны носить постоянный характер.

Бытовые травмы включают несчастные случаи, возникшие вне связи с производственной деятельностью пострадавшего - в доме, квартире, во дворе и т.д.

К ним относят несчастные случаи, возникшие вне связи с производственной деятельностью пострадавшего - в доме, квартире, во дворе, личном гараже и т. д. Бытовой травматизм весьма высок и не имеет  тенденции к снижению. Ведущей причиной этих травм (около трети случаев) является выполнение домашней работы - приготовление пищи, уборка и ремонт помещений и т. д.

Среди травм преобладают ушибы, ранения, ожоги и др. Наиболее часто повреждается кисть. Около четверти бытовых травм возникает при падении во дворе, в квартире и т. д. Реже повреждения получают в различных бытовых эксцессах. В их возникновении значительная роль принадлежит алкогольному опьянению, особенно в праздничные и выходные дни. Бытовые травмы у мужчин встречаются в 3-4 раза чаще, чем у женщин, причем у лиц 18-25 лет они возникают в 4-5 раз чаще, чем у людей 45-50 лет.



**Профилактика бытовых травм включает:**

* улучшение условий быта;
* расширение коммунальных услуг населению;
* рациональную организацию досуга; проведение разнообразных культурно-массовых мероприятий;
* широкую антиалкогольную пропаганду;
* целенаправленную работу по созданию здорового быта;
* организацию при жилищных конторах специальных комиссий по борьбе с бытовым травматизмом;
* широкое привлечение общественности.

**Дорожно-транспортными являются травмы,** нанесенные различного вида транспортными средствами при их использовании (движении) в случаях, не связанных с производственной деятельностью пострадавших, независимо от нахождения пострадавшего в момент происшествия в транспортном средстве (водитель, пассажир) или вне его (пешеход). Транспортным средством считается любое средство, используемое для транспортировки грузов, предметов, людей (автомобиль, мотоцикл, велосипед, самолет, пароход, троллейбус, трамвай, железнодорожный, гужевой транспорт и пр.). Травматизм при дорожно-транспортных происшествиях обусловлен большим комплексом причин. Каждый год на дорогах гибнет около 40 тысяч человек и еще около 300 тысяч получают травмы и нередко становятся инвалидами.

**Основной причиной** гибели и травм людей на дорогах специалисты признают халатное отношение соблюдению правил дорожного движения:

* превышение скорости;
* проезд на красный цвет;
* вождение автомобиля в нетрезвом состоянии;
* не пристегнутый ремень безопасности;
* переход улицы в неположенном месте и на красный свет и т.д.

**Наибольшее количество дорожно-транспортных происшествий** наблюдается летом и в первые месяцы осени. Дорожно-транспортные травмы учащаются в последние дни недели и во второй половине дня. Реже они возникают ночью, однако их последствия намного тяжелее. В городах основной причиной транспортного травматизма считается наезд на пешеходов, преимущественно легковыми автомобилями, на автотрассе преобладают столкновения автомобильного транспорта.

**В сельской местности дорожно-транспортные происшествия больше связаны с мотоциклетным и грузовым транспортом.**

Борьба с дорожно-транспортным травматизмом и его последствиями - одна из наиболее острых проблем современности. В нашей стране предусмотрены осуществление общегосударственных мероприятий, направленных на предотвращение дорожно-транспортных происшествий;

совершенствование государственной системы оказания медицинской помощи пострадавшим при дорожно-транспортных происшествиях и расширение научных исследований в области безопасности дорожного движения.

В структуре травматизма второе место занимают уличные травмы и составляют около 17%. К уличным относятся травмы, полученные пострадавшими вне производственной деятельности на улицах, в открытых общественных местах, в поле, в лесу и пр., независимо от вызвавших их причин (кроме транспортных средств). Они связаны с падением (особенно во время гололедицы), поэтому их число значительно увеличивается в осенне-зимний период. Выявляется зависимость данного вида травматизма от времени суток. При падении людей на улицах переломы костей встречаются в 68-70% случаев, ушибы и растяжения в 20-22%, ранения мягких тканей в 4-6%. Главным образом повреждаются конечности (83-85%). Одной из причин, способствующей получению уличной травмы, является гололедица.

**Причинами уличного травматизма являются:**

* плохая организация уличного движения;
* узкие улицы с интенсивным движением, недостаточная освещенность и сигнализация;
* нарушение пешеходами правил уличного движения; неисправное состояние уличных покрытий, гололед и т.п.

**Профилактика травматизма при пешеходном движении предусматривает:**

* рациональное планирование и благоустройство улиц и мостовых, надлежащий уход за ними (применение песка во время гололеда, заделка рытвин и т. д.), освещение улиц и площадей, ограждение строящихся и ремонтируемых зданий;
* рациональную организацию и регулирование уличного движения, строгий контроль за соблюдением правил уличного движения;
* обеспечение хорошего технического состояния уличного транспорта, его безопасность (исправность автоматических дверей в автобусах и трамваях и т. п.);
* надзор за детьми и их досугом;
* широкую воспитательную и разъяснительную работу с населением (печать, радио, телевидение, кино, лекции, доклады и др.).

**Будьте внимательны и осторожны во время гололеда!**

Во избежание опасности:

* внимательно смотрите под ноги;
* ступайте не широко, шагайте медленно;
* наступайте на всю подошву, но не на носок, не на стопу;
* сторонитесь неочищенных улиц и обходите скользкие места;
* ходите там, где тротуары посыпаны песком;
* прикрепите к подошве обуви полоску наждачной бумаги или обычного лейкопластыря;
* лучше пользоваться обувью с рифленой подошвой;
* девушкам на время гололеда стоит забыть о высоких, тонких каблуках.

Если на улице Вы все-таки поскользнулись, упали и чувствуете острую боль в конечности, важно 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.

Постарайтесь во что бы то ни стало привлечь внимание прохожих, попросить помощи. Они должны вызвать скорую помощь или помочь добраться до ближайшего травмопункта. Обращение в травматологический пункт или «скорую» является обязательным завершением печального случая.

Обойтись без помощи врача можно только в случае легкого ушиба: просто приложите к больному месту что-нибудь холодное, это уменьшит отек и боль, и обработайте его мазью или гелем, рассасывающим синяки. Греть больное место нельзя, эффект будет прямо противоположным.

Одной из важных мер по профилактике уличного травматизма является борьба с бытовым пьянством, поскольку уличные травмы часто получают лица в состоянии алкогольного опьянения.

**Берегите себя и своих близких,**

**прививайте детям правильную модель**

**поведения, при которой жизнь и здоровье**

**являются приоритетными ценностями!**



Врач-травматолог Лавровский А.А.