19 ДЕКАБРЯ - ДЕНЬ ПРОФИЛАКТИКИ ТРАВМАТИЗМА

Ежегодно в Республике Беларусь травмируется около 800 000 человек. Травматизм является важной социально-экономической проблемой в связи с высокими показателями распространенности и тяжестью его медико-социальных последствий (инвалидность и смертность).

В структуре травматизма преобладают бытовые травмы – 76,7%, второе место занимают уличные травмы – 14,7%, спортивная травма – 1,1%, дорожно-транспортная травма – 1,3%, производственная травма – 1,0%, прочие травмы – 6,2%

Зима – время повышенного травматизма. Причиной часто служит гололед, раннее наступление темноты, скользкая обувь. Ухудшение состояния проезжей части сказывается на увеличении частоты дорожных происшествий и росте числа пострадавших. Наиболее частые повреждения при этом: черепно-мозговая травма, переломы костей конечностей, сочетанная травма. Согласно статистическим данным на зимний травматизм приходится до 15% заболеваемости с временной утратой трудоспособности.

При наступлении зимы, с выпадением первого снега частота обращений за помощью в медицинские учреждения по поводу травм увеличивается в 2-3 раза. В зимний период преобладают ушибы и переломы костей (около 15%), вывихи (около 10%). Пострадавшие преимущественно находятся в трудоспособном возрасте (около 80%). Дети до 18 лет составляют 2%, а лица старше 60 лет — около 8%.

Известно, что возможность влияния на уровень травматизма со стороны медиков составляет не более 10%, а остальные 90% зависят от иных факторов, которые можно разделить на внешние и внутренние. К первой группе относят экологию, состояние мест обитания, рабочих зон, зон отдыха, тротуаров, проезжей части, исправности машин и механизмов. Внутренними являются соблюдение техники безопасности, принципов безопасной жизнедеятельности, правил дорожного движения, принципов трезвого образа жизни.

Изменив ряд внешних и внутренних факторов, можно обезопасить себя от травм в зимнее время. И если первая группа причин часто зависит не от нас лично, то ряд внутренних факторов большинству потенциальных пострадавших доступен.

***Основной причиной травматизма зимой является банальная спешка****.* Многие не замечают льда, припорошенного снегом, в результате чего падают и получают различные травмы.

***У женщин этому способствует также ношение обуви на высоком каблуке***. В ней легко споткнуться и упасть.

Особенно часто переломам подвержены люди пожилого возраста из-за возрастных особенностей их скелета (повышенная хрупкость костей, меньшая эластичность связок и мышц). Даже небольшой удар может вызвать переломы конечностей, ребер, позвоночника, а также тяжелую своими последствиями травму – перелом шейки бедренной кости. В 95% случаев этот перелом встречается у женщин. ***Людям пожилого возраста без надобности в «скользкую» погоду из дома вообще лучше не выходить, следует отложить поездки, походы в магазин и во всевозможные походы.***

Родькин И.М. врач хирург