



## 17 декабря – День профилактики травматизма

Ежегодно в Республике Беларусь травмируется около 800 000 человек, вследствие чего травматизм является важной социально-экономической

проблемой в связи с высокими показателями распространенности и тяжестью его последствий: инвалидностью и смертностью. Травматизм населения – один из важнейших показателей, характеризующих общественное здоровье.

Европейское региональное бюро ВОЗ признает травматизм ведущей причиной смертности в Европе, но, несмотря на это, до настоящего времени весь масштаб проблемы травматизма и его бремени на общество во многих странах осознан не полностью. Профилактика травматизма обеспечивается путем поддержки на всех уровнях государственного управления, выделения необходимых ресурсов, создания организационно-кадрового потенциала, а также с привлечением средств массовой информации, общественных организаций и широких слоев населения.

Исследования ВОЗ показали, что число смертей из-за травм каждый год возрастает. В ближайшее время эту проблему могут усугубить такие факторы, как урбанизация и глобализация, экологические изменения и автомобилизация. В то же время успехи развитых стран по снижению смертности от травматизма показывают, что многие травмы и несчастные случаи можно предотвратить.

За последние годы в Беларуси значительно изменилось отношение к травматизму и его профилактике. Данная проблема признается чрезвычайно актуальной и воспринимается как обязанность общества.

Актуальным на сегодняшний день остаётся зимний травматизм. С выпадением первого снега частота обращений за помощью в медицинские учреждения по поводу травм увеличивается в 2-3 раза. На зимний травматизм приходится до 15% заболеваемости с временной утратой трудоспособности. В зимний период преобладают ушибы и переломы костей (около 15%), вывихи (около 10%). Пострадавшие – преимущественно лица трудоспособного возраста (около 80%). Дети до 18 лет составляют 2%, а лица старше 60 лет – около 8%.

Во избежание травм соблюдайте следующие меры предосторожности:

- выбирайте обувь на плоской подошве или на низком квадратном каблуке, лучше, если подошва будет с крупной нескользящей ребристостью;
- научитесь «зимней» походке: в гололедицу ходить нужно по-особому – как бы скользить, словно на маленьких лыжах. И идти, желательно, как можно медленнее. Скользить по льду специально не стоит – это увеличивает обледенение подошвы. Помните: чем быстрее шаг – тем больше риск упасть;

- людям пожилого возраста, наиболее подверженным травматизму, рекомендуется прикреплять на подошву привычной обуви специальные «противогололёдные» накладки;

- в зимние дни не рекомендуется занимать руки сумками или ходить, держа руки в карманах – в том случае, если вы всё же поскользнётесь, хотя бы одна свободная рука позволит вам сманеврировать. Если вы всё же вынуждены нести сумки с покупками, равномерно распределяйте их вес – несите в обеих руках;

- не ходите под склонами крыш и карнизами, держитесь подальше от стен зданий – с крыши может упасть сосулька или наледь.

***В рамках проведения Дня профилактики травматизма 17 декабря с 12.00 до 13.00 по телефону 8(0232)34-71-27 на вопросы, касающиеся профилактики и лечения травм, ответят врачи-травматологи-ортопеды учреждения «Гомельская областная клиническая больница».***

*По материалам отдела общественного здоровья  
Гомельского областного ЦГЭ и ОЗ*