



#Ты СИЛЬНЕЕ
МИНЗДРАВ УТВЕРЖДАЕТ!

8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU

Общественного
Здоровья

10-16
ИЮЛЯ

**НЕДЕЛЯ, НАПРАВЛЕННАЯ
НА СНИЖЕНИЕ
СМЕРТНОСТИ
ОТ ВНЕШНИХ ПРИЧИН**

ВНЕШНИЕ ПРИЧИНЫ СМЕРТНОСТИ



- отравление алкоголем
- дорожно- транспортные происшествия
- убийство/ самоубийство
- случайные падения
- случайные утопления
- несчастные случаи, вызванные воздействием дыма, огня и пламени

Смертность от внешних причин вызывает особую озабоченность общества

В большинстве случаев эти причины устранимы, и чаще регистрируются в молодом возрасте

Росстат публикует показатели смертности от следующих групп внешних причин:

- От случайных отравлений алкоголем
- От всех видов транспортных несчастных случаев, в т. ч. от дорожно-транспортных происшествий
- От самоубийств
- От убийств
- От случайных утоплений
- От случайных несчастных случаев, вызванных воздействием дыма, огня и пламени



Важно знать и понимать

Смертность от внешних причин - это единственный класс причин, который обуславливает **предотвратимые смерти** (т.е. те смерти, которые можно избежать).

Погибшие в среднем **отличаются относительно низким возрастом смерти**. Внешние причины нельзя недооценивать ещё и потому, что они приводят не только к смерти, но также к инвалидности.



ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ

ПРИ ПОРАЖЕНИИ ЭЛЕКТРИЧЕСКИМ ТОКОМ



Срочно прекратить работу и прекратить контакт пострадавшего с электрическим током, используя деревянные предметы



При ожогах наложить асептическую повязку

ПРИ УТОПЛЕНИИ

Плывец утонувшего из воды



Укрыть воду из дыхательных путей



Открыть полость рта от посторонних предметов

ПРИ УДУШЬЕ



Провести ладонь удар сильной нейтральной в спине груди, и последующим толчком на верхнюю часть живота руками, сложенными в замок



Постараться рефлекторно удержать язык вилы глотки на месте



Во всех случаях при остановке дыхания и сердечной деятельности провести искусственную вентиляцию легких и массаж сердца

ПРОФИЛАКТИКА ТРАВМАТИЗМА



- откажитесь от употребления алкоголя
- соблюдайте правила дорожного движения
- соблюдайте технику безопасности на работе и массовых мероприятиях
- не оставляйте включенными электроприборы и плиту после использования

АЛКОГОЛЬ - ОДНА ИЗ ГЛАВНЫХ ПРИЧИН СМЕРТНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ

Алкоголь, даже в небольших дозах, вызывает необратимые изменения в организме, приводит к развитию различных заболеваний и в разы увеличивает риск смерти.

Помните, безопасной дозы алкоголя не существует!




»Я

Безопасность детей на дорогах — ответственность родителей



ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ РАНЕНИЯХ И ТРАВМАХ

1. Осмотритесь на предмет опасности для себя и пострадавшего.
2. Определите в сознании ли пострадавший и дышит ли он, освободите дыхательные пути при необходимости.
3. Вызовите скорую медицинскую помощь.
4. При кровотечении: используйте любые подручные средства, чтобы сделать давящую повязку, или наложите жгут. Также кровотечение можно остановить прямым давлением на рану.
5. При травмах конечностей, позвоночника, головы: старайтесь не нарушать положение тела пострадавшего, продолжайте наблюдать за его состоянием (сознание, дыхание, сердцебиение).

 **Служба
здоровья**



Бытовой травматизм связан с выполнением домашней работы - приготовление пищи, уборка и ремонт помещений и т. д. В их возникновении значительная роль принадлежит алкогольному опьянению, особенно в праздничные и выходные дни.



10

признаков суицидального поведения



Если вы заметили признаки
суицидального настроения **НУЖНО:**

1. не бояться «сделать лишнего» или обидеть человека своим вниманием и попытками помочь
2. окружить заботой, вниманием, вникнуть в переживания человека и попытаться их понять
3. позвонить специалисту на горячую линию доверия
4. обратиться за помощью к психиатру в психоневрологический диспансер

Постоянное чувство
скуки и усталости

Затяжные нарушения
сна и аппетита

Страх, тревожность
или агрессия

Депрессия

Предыдущие попытки
самоубийства или наличие
примера суицида

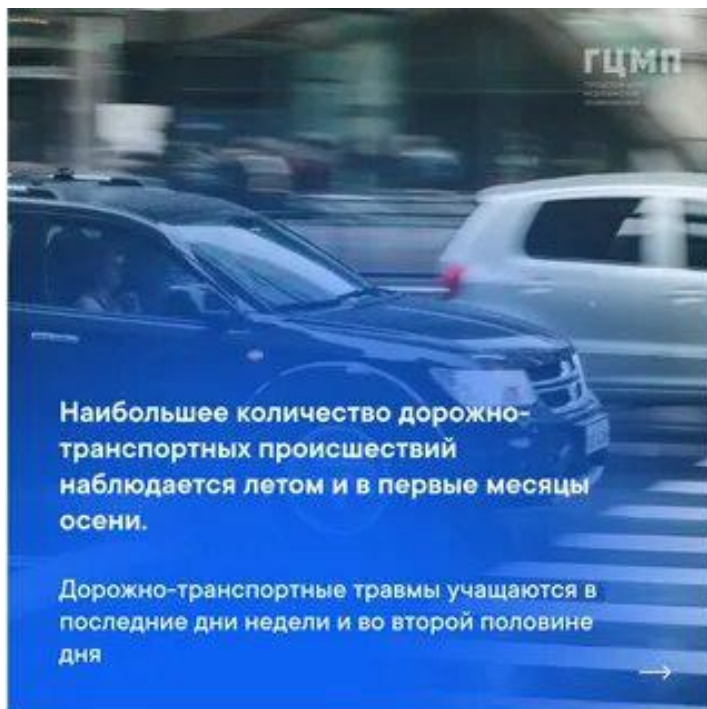
Выраженное чувство
несостоятельности,
стыда, неуверенности в себе.
Либо же бравда,
вызывающее поведение

Поиск информации
о самоубийствах

Употребление больших
доз алкоголя или
наркотиков

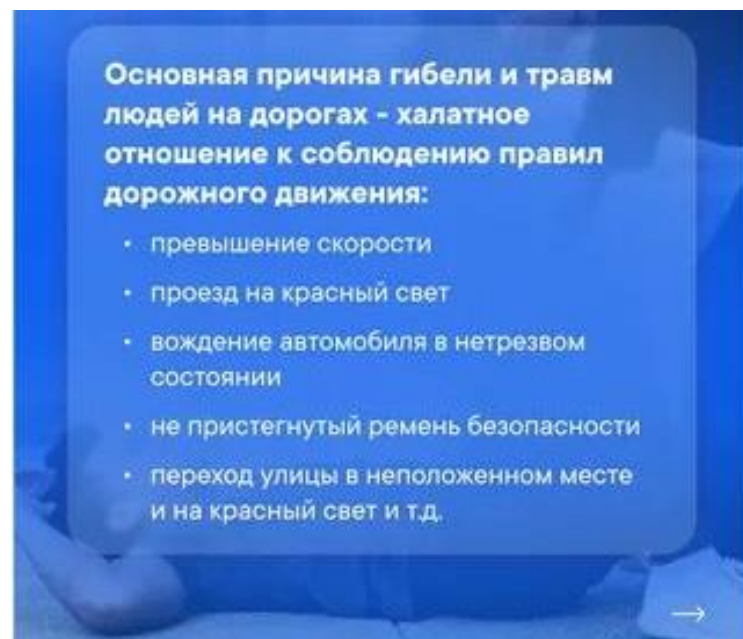
Разговоры о
самоубийстве

Покупка средств
увечий



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



Основная причина гибели и травм людей на дорогах - халатное отношение к соблюдению правил дорожного движения:

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

Во время отдыха у водоёма соблюдайте правила безопасности

БЕРЕГИТЕ СВОЮ ЖИЗНЬ!



Нырять только в проверенных местах



На пляже плавайте в зоне, ограниченной буйками



Купайтесь в трезвом состоянии



Следите за детьми у воды, обеспечьте детей надувными приспособлениями



Плавайте на безопасном расстоянии от катеров и других судов

Основные причины снижения смертности населения

- Улучшение питания
- Индивидуальная гигиена
- Забор питьевой воды из колодцев, а не из открытых водоемов
- Кипячение воды и особенно молока
- Создание водопровода и канализации
- Распространение медицинской помощи
- Стерилизация медицинских инструментов
- Санитарно-гигиенические станции (службы)
- Появление родильных домов
- Вакцинация
- Введение искусственного питания для младенцев
- Эффективные лекарства
- Распространение всеобщего образования

Основные причины смертности в РФ



@zdorovye_03

**Жизнь
бесценна —
берегите её!**

