

15  
декабря  
2021

# Единый день здоровья



Информационный бюллетень

Обратите  
внимание:

## В Республике Беларусь:

уровень травматизма в течение последних 4 лет (2016-2019 гг.) характеризуется невысоким, но непрерывным ростом, однако, в 2020 г. показатель снизился на 9% по сравнению с 2019 г. составил 6791 на 100 тыс. населения (2019 – 7461 на 100 тыс. населения);

за 2020 г. более 99,06% травм взрослого населения не связано с производством, и только 0,94% травм зарегистрировано на производстве;

В 2020 г. бытовые травмы составили 80,86%, уличные – 13,34%, транспортные – 0,55%, спортивные – 0,59%, насильственные (включая жестокое обращение) – 0,54%, прочие – 4,13%.

К сведению:

## В Гродненской области:

в 2020 году показатель травматизма составил 6741 на 100 тыс. (2019 г. – 6796 на 100 тыс.);

среди детского населения (0-17 лет) в 2020 году травматизм составил 5082 на 100 тыс. (2019 г. – 5516 на 100 тыс.).

## День профилактики травматизма

Ежегодно в декабре в Беларуси проводится День профилактики травматизма. Актуальность проблемы травматизма определяется не только аспектами оказания медицинской помощи, но и его последствиями (инвалидностью и смертностью), имеющими большое социальное и экономическое значение.

Проблемы травматизма, под которым понимается совокупность травм, возникших за ограниченное время у определенной группы населения, не могут рассматриваться в отрыве от сложных социальных процессов, происходящих в современном мире: состояние человека в окружающем его мире (его озабоченность личными и социальными проблемами, психическое и физическое переутомление, отравление организма продуктами загрязнения внешней среды, наркомания, алкоголизм, никотиновая зависимость, перенаселение городов, резкий рост количества автомашин, внедрение все новой и новой техники, как на производстве, так и в быту,

чрезвычайное увеличение скорости движения транспортных средств, так и общего ритма жизни, особенно в городах).



С выпадением первого снега увеличивается число обратившихся за помощью в медицинские учреждения по поводу гололедных травм. В большинстве случаев причинами повреждений являются падения из-за обледенения тротуаров, мостовой. Около 80% травмы получают лица трудоспособного возраста. В структуре повреждений пер-

вое место занимают ушибы и повреждения связок (36,9%), на втором – переломы различных локализаций (22,3%), на третьем-четвертом месте – травмы кисти и переломы позвонков (по 10,7%), на пятом – вывихи (10,6%), на шестом месте – раны (8,8%). За период с 01.12.2020 по 30.03.2021 в Республике Беларусь гололедную травму получили 25295 человек (взрослые – 21331, дети – 3964), госпитализировано 2723 (взрослые – 2479, дети – 244).

За последние годы отмечается появление и увеличение количества травм, полученных детьми при катаниях на тюбинге, прыжках на батуте, катании на велосипедах, роликах, скейтбордах и средствах индивидуальной мобильности (электросамокаты, электроскутеры, моноколеса). За 2020 год пострадало при прыжках на батуте 499 детей, при катании на тюбинге – 414, велосипедах – 2 083, роликах и скейтбордах – 820, электросамокатах и электроскутерах – 360, моноколесах – 39 детей.

## Профилактика зимнего травматизма

Чтобы избежать зимних травм соблюдайте меры предосторожности:

будьте осмотрительны при передвижении по тротуарам, пешеходным дорожкам, пешеходным переходам на мостовой, особенно при наличии снежных заносов и гололеда;

выбирайте для хождения по зимним скользким дорогам обувь на плоской подошве или на низком квадратном каблучке, лучше, если подошва будет с крупной ребристостью, которая не скользит;

научитесь «зимней» походке. В гололедицу ходить нужно

по-особому – как бы скользить, словно на маленьких лыжах. И идти, желательнее, как можно медленнее. Скользить по льду специально не стоит – это увеличивает обледенение подошвы. Чем быстрее шаг, тем больше риск упасть;

в зимние дни не рекомендуется занимать руки сумками или ходить, держа руки в карманах – в том случае, если вы все же поскользнетесь, хотя бы одна свободная рука позволит вам сбалансироваться;

если вы все же вынуждены нести сумки с покупками, рав-

номерно распределяйте их вес – несите в обеих руках;

полы длинной шубы или пальто надо поднимать при выходе из транспорта или спуске по ступеням лестниц;

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

катание с горок должно происходить только в установленных местах, дети должны кататься под присмотром родителей.

