

## **Профилактика травматизма в быту**

Бытовой травматизм – самый распространенный вид травматизма. Именно на отдыхе и в быту человек расслабляется максимально, переставая соблюдать даже элементарные правила техники безопасности в обращении с электричеством, колющими и режущими предметами и другими источниками повышенной опасности. Бытовые травмы также включают несчастные случаи, которые возникают вне связи с производственной деятельностью человека, от них пострадавшего. Главной причиной таких травм (примерно треть случаев) становится выполнение рутинной домашней работы – уборка, приготовление пищи, ремонт помещения и др. Среди травм явно преобладают ушибы, ожоги, ранения. Очень часто встречается повреждение кисти. Примерно 25% бытовых травм возникают при падении в квартире или во дворе. Немного реже травмы получают в нетипичных бытовых ситуациях. Значительную роль здесь играет алкогольное опьянение, особенно в выходные и праздничные дни. По статистике, примерно четверть всех травм связана с алкоголем.

Мужчины от бытовых травм страдают в 3-4 раза чаще, чем женщины. Особая категория – бытовой травматизм среди детей.

Дети в возрасте до 4 лет травмируются дома очень часто, поскольку не имеют навыков обращения с бытовыми приборами, не оценивают травмоопасную ситуацию и нуждаются со стороны родителей в особом контроле и внимании.

### **Причины**

Бытовые травмы чаще всего происходят по причинам, от нас зависящим:

- Неосторожность, поспешность, небрежность, неаккуратность, неумелое обращение с химическими веществами, огнем, горячими жидкостями, газовыми и электрическими приборами.
- Отсутствие знаний, навыков, предусмотрительности, умений, гиперактивность, любопытство, хулиганство озорство детей.

70% бытовых повреждений разной тяжести случается в результате падений, к примеру, на неровном или скользком полу, с табуреток, в непогоду во дворе, на неосвещенной лестничной клетке, выщербленных ступеньках, в скользкой от пены ванной.

Люди пожилого возраста часто падают из-за переоценки физических возможностей, головокружения, сердечной слабости, расстройства кровообращения мозга.

Травмы головы особенно опасны. При потере сознания, головокружении, тошноте, рвоте, пострадавшего следует направить в больницу или на дом вызвать врача.

### **Меры профилактики**

Конечно, невозможно дать рекомендации на все случаи жизни, но существует ряд важных аспектов, помня о которых, риск бытовых травм можно уменьшить.

- Следить за исправностью электроприборов и электропроводки.
- Соблюдать строго инструкции по использованию домашней бытовой техники.
- Не должны комнатные полы быть скользкими. Правильно подбирайте коврики для кухонь, туалетных комнат, где пол покрыт плиткой или линолеумом. Особенно падения опасны для людей пожилых, поэтому им нужно ходить по квартире в домашних тапочках на подошве из резины.
- После каждого использования закрывать краны на газовой плите. Перед уходом из квартиры или дома, проверить, перекрыт ли газ.
- Научить детей обращаться с отопительными приборами, рассказать им правила пожарной безопасности. Игры детей с зажигалками и спичками недопустимы.
- Храните все лекарственные средства в местах, недоступных для детей.