

10 - 16 июля

# НЕДЕЛЯ, НАПРАВЛЕННАЯ НА СНИЖЕНИЕ СМЕРТНОСТИ ОТ ВНЕШНИХ ПРИЧИН



Служба  
здоровья

# ВАША ЖИЗНЬ - В ВАШИХ РУКАХ!



Служба  
здоровья

# СМЕРТНОСТЬ ОТ ВНЕШНИХ ПРИЧИН

В Республике Коми за 2022 год от внешних причин  
погибло более 1000 человек!

Это третья из наиболее распространенных причин  
смертности населения (1 место - болезни системы  
кровообращения, 2 место - новообразования).



Служба  
здоровья



# ВНЕШНИЕ ПРИЧИНЫ СМЕРТНОСТИ

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



Служба  
здоровья



# 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!



Служба  
здоровья

# ПРОФИЛАКТИКА ТРАВМАТИЗМА

1. Откажитесь от употребления алкоголя
2. Соблюдайте правила дорожного движения
3. Соблюдайте технику безопасности на работе и мероприятиях
4. Соблюдайте правила поведения в общественных местах, в транспорте
5. Выбирайте удобную одежду и обувь, внимательно смотрите под ноги
6. Не оставляйте включенными электроприборы и плиту после использования

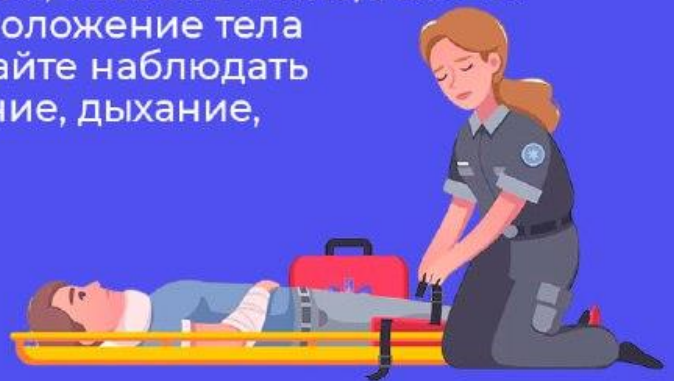
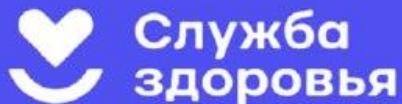


Служба  
здоровья



# 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).



# ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ВНЕЗАПНОЙ СМЕРТИ

При отсутствии сознания и дыхания у пострадавшего необходимо приступить к выполнению сердечно-легочной реанимации до прибытия скорой помощи.

Необходимо сделать 100 надавливаний на грудную клетку в минуту на глубину 5 см. Руки должны быть прямыми, не согнутыми в локтях.



Служба  
здоровья