

## **ПАМЯТКА "Травматизм в условиях летнего отдыха"**

До настоящего времени, к сожалению, сохраняется высокий уровень травматизма во время летнего отдыха, приводящего не только к серьезным увечьям, но нередко и к гибели среди взрослого и детского населения.

- Количество травм в летний период возрастает почти вдвое у детей и на 30% у взрослых.

- Наиболее частыми причинами травм в летнее время являются: неосторожное использование электро- и бензоинструментов при котором пострадавшие получают резаные, рубленые раны, падение с лестниц и стремянок, укусы животных, падение с различных средств передвижения.

- Чаще всего врачи диагностируют у пациентов травмы области голеностопного сустава и стопы, запястья и кисти, колена и голени.

Знание основ профилактических мероприятий во время летнего отдыха способно предотвратить тяжелую инвалидность и смертельный исход связанный с травмой у детей и взрослых. Граждане должны знать и следовать правилам безопасной жизнедеятельности во время нахождения в парковых зонах, вблизи водоемов, на даче. Родители обязаны прививать детям навыки безопасной жизнедеятельности, объяснять и проводить профилактические мероприятия, направленные на профилактику детского травматизма.

### **Принципы безопасного отдыха вблизи водоемов**

- Купайтесь только во время открытия купального сезона, в подходящих погодных условиях

- Перед выбором места убедитесь, что купание в нем разрешено

- Старайтесь подбирать места для купания, на которых дежурит спасательная бригада

- Во время купания убедитесь, что температура воды приемлема

- Дети обязательно осуществляют купание исключительно в присутствии взрослых

- Не осуществляйте купание в состоянии опьянения Принципы безопасного нахождения в парковой зоне

- Перед выходом проверяйте прогноз погоды, чтобы подобрать правильную одежду и дополнительное снаряжение в случае высокой температуры или дождя

- Заранее продумывайте маршрут для профилактики падения с обрыва и т.д.

- При прогулках в ночное время суток старайтесь гулять по освещённым участкам местности или используйте фонарь

- Не взаимодействуйте с дикими животными

- Берите с собой бинт и антисептик на случай появления раны Правила безопасного нахождения на загородных участках и дачах
- При передвижении по дорогам и вблизи них соблюдайте правила дорожного движения
- Используйте электрические и бензоинструменты с крайней осторожностью, заранее надев средства защиты (защитный экран, перчатки и т.д.)
- Передвигайтесь осмотрительно, всегда анализируя обстановку вокруг на предмет работы инструментов и приборов поблизости, а также других источников опасности
- С осторожностью взаимодействуйте с крупными домашними животными (коровы, лошади и т.д.)
- Не взаимодействуйте с дикими животными
- Предварительно узнайте адреса ближайших пунктов медицинской помощи в вашей местности.

***В настоящей памятке представлены основные принципы профилактики травматизма во время периода летнего отдыха. Следование этим простым правилам позволит значительно снизить долю пострадавшего детского и взрослого населения во время летних каникул и отпусков.***