



[Буклет "Дорожно-транспортный травматизм"](#)

[Листовка. Защитить ребенка от выпадения из окна](#)

[Плакат. Меры профилактики и предупреждения бытового травматизма](#)

[Школьный травматизм](#) *(документ для просмотра и скачивания)*

Ежегодно в мире от различных травм погибает более 5 млн. человек – это почти 9% от общего числа смертей.

Травматизм – это совокупность травм, возникших в определенной группе за определённый отрезок времени. Наибольший уровень травматизма отмечается у мужчин в возрасте 20-49 лет и у женщин 30-59 лет. Вместе с тем, среди пострадавших до 20% составляет дети и подростки.

Травмы подразделяются на производственные (промышленные, сельскохозяйственные, строительные, на транспорте) и непроизводственные (бытовые, уличные, дорожно-транспортные, спортивные, школьные, детские).

Бытовой травматизм (дом, квартира, двор, лестничная площадка) занимает 70% от всех травм.

На улице снег, а местами может быть лёд, будьте внимательны и аккуратны. Носить обувь желательно на плоской подошве или низком каблуке, лучше подойдет обувь с рифленой подошвой. При гололедице нужно ходить крайне осторожно, по-особому, наступая на всю подошву, словно на маленьких лыжах, как бы немного скользя, обходить обледенелые места, внимательно смотреть под ноги, желательно идти как можно медленнее. Необходимо выходить заранее, чтобы не торопиться. Помните:

- чем быстрее вы идете, тем выше риск упасть, руки нельзя держать в карманах;
- во время гололеда не стоит ходить на высоких тонких каблуках;
- если вы носите длинное пальто или шубу, обязательно приподнимайте полы одежды, когда спускаетесь по лестнице или выходите из транспорта. Точно также можно запутаться в длинных юбках или широких брюках;
- громоздкие капюшоны и широкие шапки исключают часть поля зрения и не позволяют человеку быстро сориентироваться в опасной ситуации;
- школьникам по безопасности дорожного движения в темное время суток необходимо использовать светоотражающие элементы;
- пожилым людям в гололёд следует брать с собой палку с резиновым наконечником;

- беременным женщинам не стоит выходить на улицу без сопровождения – передвижение может быть слишком опасно для будущего ребенка и для мамы;

- не нужно ходить очень близко к стенам зданий – с крыши может упасть сосулька или кусок затвердевшего снега;

- по возможности старайтесь лишний раз не выходить из дома, особенно в темное время суток.

Зона повышенной опасности является проезжая часть и железная дорога. Не забывайте, что во время гололеда тормозной путь у автомобилей значительно увеличен.

Наиболее эффективным методом предотвращения травматизма у детей является разъяснительная работа. Внимание и осторожность являются основными средствами для профилактики травматизма. Предупредить травму гораздо проще, чем обеспечить восстановление своего здоровья.