



Минздрав Республики Коми



Служба
здоровья

НЕДЕЛЯ, НАПРАВЛЕННАЯ НА СНИЖЕНИЕ СМЕРТНОСТИ ОТ ВНЕШНИХ ПРИЧИН

30 июня – 6 июля



Группы внешних причин преждевременной смертности



Повреждения
с неопределенными
намерениями



Дорожно-транспортные
происшествия



Самоубийства
и убийства



Воздействие чрезмерно
низкой температуры



Случайные
утопления



Случайные отравления
(в первую очередь
алкоголем)



Случайные падения



Несчастные случаи,
вызванные воздействием
дыма и огня



Прочие несчастные
случаи

Защитите себя и близких



В транспорте:

Всегда пристегивайтесь.
Детей сажайте только в детское автокресло.
Не садитесь за руль в нетрезвом состоянии.
Соблюдайте правила дорожного движения



Дома:

Храните лекарства и бытовую химию в недоступном месте.
Осторожно на мокром полу и лестницах!
Установите датчики дыма



На отдыхе:

не купайтесь в нетрезвом виде/в запрещенных местах.
Следите за детьми у воды.
Проверяйте потушены ли до конца костер!



На работе:

Неукоснительно соблюдайте технику безопасности.
Используйте средства индивидуальной защиты

Если ЧП произошло:

Немедленно вызовите помощь:

- ◆ единый номер экстренных служб: 112
- ◆ скорая помощь: 103, полиция: 102

Окажите первую помощь (если умеете):

- ◆ остановите кровотечение
- ◆ при отсутствии дыхания/сердцебиения – начните сердечно-легочную реанимацию
- ◆ при отравлении – не вызывайте рвоту без указаний врача! Сохраните упаковку от вещества
- ◆ при ожоге – охлаждайте место ожога проточной водой (кроме химических ожогов)
- ◆ дождитесь профессионалов! Обеспечьте им доступ к пострадавшему

Куда обратиться за помощью самостоятельно?

Травмпункты Республики Коми:

Сыктывкар – Гаражная 4 – травматологический пункт СГБ-1, Пушкина 116/6 – травматологический пункт РДКБ

Ухта – Косолапкина 4 – травматологический пункт, Павлова 25 стр 1 пгт Шудаяг – травматологическое отделение

Воркута – Тиманская 2 – травматологический пункт ВБСМП

Инта – Мира 12 – травматологическое отделение

Печора – Печорский проспект 14 – травматологический пункт

**Трезвый образ жизни –
профилактика преждевременной
смертности!**

**Большинство трагедий можно
предотвратить!**

