7 **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

**Внастоящейпамяткепредставленыосновныепринципы профилактикитравматизмавовремяпериодалетнегоотдыха.**

**Следованиеэтимпростымправилампозволитзначительноснизить долюпострадавшегодетскогоивзрослогонаселениявовремялетних каникулиотпусков.**