



Минздрав Республики Коми



Служба  
здоровья

# НЕДЕЛЯ, НАПРАВЛЕННАЯ НА СНИЖЕНИЕ СМЕРТНОСТИ ОТ ВНЕШНИХ ПРИЧИН



29 июня – 5 июля



# Группы внешних причин преждевременной смертности



Повреждения с неопределенными намерениями



Несчастные случаи, вызванные воздействием дыма и огня



Случайные отравления (в первую очередь алкоголем)



Воздействие чрезмерно низкой температуры



Случайные утопления



Самоубийства и убийства



Случайные падения



Дорожно-транспортные происшествия



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. Проверьте потушен ли до конца костер!



## На работе:

Неукоснительно соблюдайте технику безопасности. Используйте средства индивидуальной защиты

# Алгоритм действий при чрезвычайном происшествии

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!
- ✔️ при ожоге – охлаждайте место ожога проточной водой (кроме химических ожогов)

# 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!**

