

**ПРИМОРЬЕ
ЗА ЗДОРОВЬЕ!**

НАЦИОНАЛЬНЫЕ
ПРОЕКТЫ
РОССИИ
ПО РЕШЕНИЮ
ПРЕЗИДЕНТА



1/6



Смертность от внешних причин вызывает особую озабоченность общества

В большинстве случаев эти причины устранимы и чаще регистрируются в молодом возрасте



От случайных отравлений **алкоголем**

От всех видов транспортных **несчастных случаев** в т.ч. от дорожнотранспортных происшествий

От **самоубийств**

От случайных **утоплений**

От случайных несчастных случаев, вызванных воздействием **дыма, огня и пламени**



АЛКОГОЛЬ - ПЕРВОПРИЧИНА!



Алкоголь - одна из главных причин смертности населения

Алкоголь, даже в небольших дозах, вызывает необратимые изменения в организме:

снижает работоспособность и память

ухудшает настроение

вызывает зависимость

изменяет внешность

снижает аппетит и ухудшает пищеварение

приводит к развитию различных заболеваний и в разы увеличивает риск смерти



**Помните:
Безопасной дозы алкоголя не существует!**

**ПРИМОРЬЕ
ЗА ЗДОРОВЬЕ!**

НАЦИОНАЛЬНЫЕ
ПРОЕКТЫ
РОССИИ
ПО РЕШЕНИЮ
ПРЕЗИДЕНТА



3/6



**Во время отдыха у водоёма
соблюдайте правила безопасности**

Не подавайте ложные
сигналы тревоги

Ныряйте только
в проверенных местах

Плавайте на безопас-
ном расстоянии от кате-
ров и других судов

На пляже плавайте
в зоне, ограниченной
буйками

Не купайтесь
в холодной воде
(ниже +18 градусов С)

Купайтесь в трезвом
состоянии

 **БЕРЕГИТЕ СВОЮ
ЖИЗНЬ!**

Следите за детьми
у воды, обеспечьте
их надувными
приспособлениями



**ПРИМОРЬЕ
ЗА ЗДОРОВЬЕ!**

НАЦИОНАЛЬНЫЕ
ПРОЕКТЫ
РОССИИ
ПО РЕШЕНИЮ
ПРЕЗИДЕНТА



4/6



Осторожно - открытое окно!

Как защитить своего ребенка дома?

- 1** Не оставляйте малолетних детей **без присмотра**, даже на короткий промежуток времени, в помещениях с открытыми окнами
- 2** Установите на окна **специальные замки, фиксаторы** и другие средства безопасности, не позволяющие ребёнку самостоятельно открыть окно
- 3** Не ставьте возле окон предметы мебели, которые могут послужить для ребенка **«ступенькой» на подоконник**
- 4** Крепко **держите ребёнка**, если находитесь с ним около открытого окна
- 5** Никогда **не рассчитывайте на москитные сетки** – они не выдержат веса даже самого маленького ребёнка.



Элементарные меры безопасности и ваша бдительность помогут сохранить жизнь и здоровье ваших детей!



Первая помощь при ранениях и травмах



- 1** Осмотритесь, нет ли опасности для вас и пострадавшего
- 2** Определите, в сознании ли пострадавший и дышит ли он. Освободите дыхательные пути при необходимости
- 3** Вызовите скорую медицинскую помощь



- 4** При кровотечении: используйте любые подручные средства, чтобы сделать давящую повязку, или наложите жгут. Так же кровотечение можно остановить прямым давлением на рану
- 5** При травмах конечностей, позвоночника, головы: старайтесь не нарушать положение тела пострадавшего, продолжайте наблюдать за его состоянием (сознание, дыхание, сердцебиение)

**ПРИМОРЬЕ
ЗА ЗДОРОВЬЕ!**

НАЦИОНАЛЬНЫЕ
ПРОЕКТЫ
РОССИИ
ПО РЕШЕНИЮ
ПРЕЗИДЕНТА



6/6



Первая помощь при внезапной смерти

При отсутствии сознания и дыхания у пострадавшего необходимо приступить к выполнению сердечно-легочной реанимации до прибытия скорой помощи.

Необходимо сделать **100 надавливаний** на грудную клетку в минуту **на глубину 5 см.**

Руки должны быть прямыми, не согнутыми в локтях.

