

# Меры профилактики и предупреждения бытового травматизма

**Предупреждение бытовых травм** во многом зависит не только от соответствующих структур, обеспечивающих безопасную жизнь, быт и отдых граждан, но и от самих граждан, от их личной заботы за сохранение собственной жизни и здоровья.

Конечно, дать рекомендации на все случаи жизни невозможно, но есть ряд аспектов, зная о которых можно уменьшить риск бытовых травм.

Необходимо прежде всего в повседневной жизни:

**Следить** за исправностью электропроводки и электроприборов.

**Строго соблюдать инструкции** по пользованию домашней бытовой техникой. Электроплиты должны быть с закрытой спиралью.

**Полы в комнате не должны быть скользкими.** Правильно подбирать коврики для туалетных комнат, кухонь, где пол покрыт линолеумом или плиткой.

**После каждого пользования газовой плитой закрывать краны** на плите и на вводящей трубе. Перед уходом из дома, квартиры проверить, закрыт ли доступ газа.

**Научить детей** правильному обращению с отопительными приборами и соблюдению правил пожарной безопасности зимой в домах, где нет парового отопления. Недопустимы игры детей со спичками. Все лекарственные средства должны храниться в недоступных для детей местах.

**В связи с участвовавшими случаями аллергических заболеваний,** особенно у женщин, связанных с применением моющих и чистящих синтетических средств, исключить хранение бытовой химии на кухне и в местах, доступных детям. Упаковки тщательно закрывать. Стирку, уборку синтетическими средствами лучше делать в резиновых перчатках, особенно при чувствительной коже.

**Вести здоровый образ жизни,** не злоупотреблять алкоголем, помнить о том, что в состоянии опьянения легко получить травму и отравление.

**Взрослые и дети должны всегда знать и помнить:** прогнозирование и предвидение возможных последствий в той или иной ситуации, повышенное внимание и бдительность не только в экстремальных условиях, но и в повседневной жизни, соблюдение Правил дорожного движения – помогут избежать травм и увечий, сохранить жизнь и здоровье на долгие годы.