

Що потрібно знати про побутовий травматизм?

Побутові травми це нещасні випадки в будинках, дворах і на присадибних ділянках, під час відпочинку, під час ігор і т.д. В наш час дуже часто саме в домашніх умовах, а не на виробництві людина зазнає травм. Такі травми називають побутовими. Зазвичай, на роботі працівники дотримуються правил техніки безпеки праці, а вдома людина нехтує цими правилами та не дуже вимоглива до себе і оточуючих. Хоча, в домашніх умовах різних технічних засобів не менше, ніж на виробництві - це і електроприлади, холодильник, пилосос, газова плита, пральна машина та багато інших.

Та найбільшу небезпеку створює військова агресія росії. У щомісячній доповіді щодо захисту цивільних осіб Моніторингова Місія ООН вказала, що лише у травні щонайменше **183 цивільні особи загинули та 836 отримали поранення по всій Україні**. Якщо тут ми мало чим можемо зарадити, то в побуті багато чого залежить саме від нас самих.

Згідно статистичних даних в Україні за 6 місяців 2025 року зареєстровано близько 630 тисяч нещасних випадків, у тому числі зі смертельним наслідком близько 6 тисяч, із яких близько 100 дітей.

Серед основних причин травмування у побуті падіння складає 58% всіх нещасних випадків невиробничого характеру, кількість потерпілих становить 368 тисяч осіб у тому числі зі смертельним наслідком близько 500 осіб.

Від отруєння та дії алкоголю потерпіло близько 5 тисяч осіб з яких 400 смертельні, на транспорті близько 15 тисяч, в тому числі зі смертельним наслідком біля 900 осіб, утоплення та занурення у воду потерпіло 1 тисяча 460 осіб із них зі смертельним наслідком 420 осіб.

Серед інших причин травмування найпоширенішими є опіки, отруєння, переломи, вивихи, враження електричним струмом, навмисне самоушкодження, поранення, вбивства та інші.

В домашньому вжитку дуже багато ріжучих і колючих предметів. Це і кухонні ножі, ножиці, бритви, м'ясорубки, свердла та багато іншого. При невмілому користуванні такими предметами найчастіше дістають поранення руки. Виникають рани різані, рвані, а також кровотечі. Також варто зауважити, що більше 30 % усіх побутових травм пов'язані із зловживанням алкогольними напоями.

Одне з перших місць з побутового травматизму займає необережне поводження з вогнем, з різними киплячими рідинами. Опіки є причиною серйозних ушкоджень, вони часто призводять до смертельних наслідків.

У дитячому віці побутовий травматизм спостерігається найчастіше. Безвідповідальність деяких батьків часто приводить до трагічних випадків. Особливо від опіків потерпають діти до 2-3 років, потрібно дуже пильнувати за ними в такому віці. В кухні вони тягнуться до столу, газової плити і часто виливають кип'яток на себе.

Також, діти торкаються електричних розеток, що можуть їх вразити електричним струмом. Тому електричні розетки повинні бути закриті спеціальними заглушками, які дитина не може витягнути. Дуже часто діти ковтають продукти побутової хімії, ліки, відбілювачі, пральні порошки, а також оцет. Їх необхідно зберігати у недоступному для дітей місці.

Збільшується кількість травм у дітей під час канікул. Вони часто нічим не зайняті і перебувають вдома самі. В цей час найчастіше вони отримують травми через падіння. **Єдиний засіб запобігти таким нещасним випадкам — це постійний нагляд за дитиною.**

Окрему групу в побутовому травматизмі становлять травми літніх людей. Особливо вони зростають після 65 років життя. Люди цього віку ослаблені хворобами, мають знижений слух, зір, погано координують свої рухи. У цьому віці розвинена крихкість кісток призводить до переломів та травм. Найчастіше вони падають на вулиці під час ожеледиці, при прибиранні квартири або від того, що запаморочилося в голові.

Кожна людина повинна вміти правильно надати домедичну допомогу при нещасному випадку в домашніх умовах. В першу чергу потрібно не панікувати, зосередитись, дати оцінку травмі і згадати, яку допомогу можна надати потерпілому.

Якщо людина порізалась, слід обробити рану будь-яким антисептичним розчином, що є в домашній аптечці. Рану необхідно обробити перекисом водню та накласти стерильну пов'язку, щоб зупинити кровотечу і в рану не потрапила інфекція. В разі глибокої рани і сильної кровотечі потрібно негайно звернутися до лікаря.

При забитті на рану кладуть щось холодне, можна взяти шматок льоду з холодильника. Якщо гематома велика і не проходить і піднялась температура то необхідно звернутись до лікаря.

Якщо людина отримала незначні термічні опіки потрібно негайно травмоване місце потримати під струменем холодної води **10-15 хвилин**. Потім можна обробити рану засобом від опіків. Коли з'явилися на місці опіку пухирці їх не можна ні в якому разі проколювати, потрібно прикрити місце опіку стерильною серветкою і негайно звернутися до лікаря. Також, якщо людина зазнала хімічний опік стравоходу або гортані, випивши хімічну речовину, негайно потрібно викликати швидку медичну допомогу.

Особливо небезпечним серед побутових травм є ураження електричним струмом. Коли це трапилось то, в першу чергу, слід відключити електроприлад. Якщо є оголений провід, що лежить поряд з потерпілим, потрібно відкинути його будь-яким сухим предметом. При цьому руки повинні бути а гумових рукавичках або обмотані сухою тканиною. Коли це трапилось на землі, то потрібно не забувати про техніку безпеки того, хто надає допомогу, щоб не потрапити під вплив електроструму. Відтягнути потерпілого однією рукою, взявшись за його одяг, якщо він сухий. Коли людина лежить без свідомості, або важко дихає, необхідно негайно викликати швидку медичну допомогу. До приїзду швидкої потрібно дати понюхати нашатирний спирт, покропити її холодною водою і при можливості зробити штучне дихання та непрямий масаж серця. При незначному ураженні електричним струмом потрібно потерпілого покласти в ліжку, дати заспокійливі ліки і напоїти чаєм.

Отже, щоб уникнути побутового травматизму потрібно не нехтувати технікою безпеки вдома, на вулиці та в інших місцях де б ви не були, а також не зайвим буде знати як допомогти людині що потрапила у біду до приїзду швидкої медичної допомоги.

Бережіть себе!