



О снижении смертности от внешних причин

Так называемые «Внешние причины смерти» – транспортные несчастные случаи, случайные отравления, самоубийства, убийства, утопления и т.д. — занимают особое место среди причин смерти в России. Снижение смертности от внешних причин – необходимое первостепенное условие роста продолжительности жизни в России. Отличительной особенностью России является высокая смертность в трудоспособных возрастах, особенно у мужчин. Она связана с несколькими причинами. Среди факторов риска эксперты называют неготовность к социально-экономическим переменам, низкую ценность здоровья по шкале ценностей, которая выражается в рисковом, неосмотрительном поведении, в т.ч. нарушении ПДД, несоблюдении правил безопасности труда на производстве, употреблении наркотических веществ и особенно алкоголя.

При выявлении роли алкоголя на смертность необходимо учитывать его влияние на другие причины смерти. То есть алкоголь является как причиной алкогольных отравлений, так и ключевым фактором риска всех остальных внешних причин смерти — убийств, самоубийств, транспортных несчастных случаев, падений и др., а также причин смерти других классов – болезней системы кровообращения, болезней пищеварительной системы и других.

Ответственность за травматизм лежит как на индивидуальном поведении людей, так и на институтах, призванных охранять их здоровье и жизнь. Соответственно профилактика травматизма и насилия должна быть нацелена как на формирование рационального витального поведения у населения, так и на создание более безопасной физической и социальной среды. Снижение смертности и травматизма возможно с помощью профилактических мер, направленных на формирование способности индивида противостоять негативным воздействиям внешней среды, а также мер по преобразованию физической и социальной среды в более безопасную.

Относительно предотвращения смертности от внешних причин следует говорить о привитии культуры употребления спиртных напитков, отказе от использования наркотических веществ, преодолении рискованного и конфликтного поведения, соблюдении правил техники безопасности. Также информированность о факторах риска заболеваний позволяет снизить генетическую предрасположенность к заболеваниям. Таким образом, культура самосохранения снабжает человека навыками поддержания здоровья и максимальной продолжительности жизни.

Политика по развитию самосохранительного поведения должна вестись постоянно - в семье, в школе, в трудовых коллективах, в обществе в целом, большую роль в этом деле играют СМИ, церковь. Это должно быть политикой, ежедневной деятельностью и общества, и государства.

Для сокращения смертности необходимо проведение грамотной алкогольной политики, повышение культуры употребления алкоголя, пропаганда жизнеутверждающих ценностей, которые создают положительные жизненные стратегии и привычку к здоровому образу жизни.

Эффективными подходами профилактики смертности в ДТП являются: ограничение скоростного режима и автоматизированный контроль скорости, борьба с вождением в состоянии алкогольного опьянения, использование шлемов мотоциклистами, ремней безопасности и детских автокресел,

повышение безопасности дорожно-транспортной инфраструктуры (круговые повороты, защита пешеходных переходов в опасных зонах «лежачими полицейскими» и т.д.), установление современных требований безопасности к автомобилям, производимым и ввозимым в страну, обеспечение оказания своевременной и высококачественной экстренной помощи пострадавшим в ДТП.

Программа переоборудования железнодорожных станций, включая предотвращение травматизма среди безбилетников и создание безопасных железнодорожных переходов, может снизить смертность.

Ограждение водоёмов и колодцев снижает смертность от утоплений. Профилактика смертности от несчастных случаев может потребовать детального исследования местного контекста таких происшествий и разработки таргетированных мер для каждой из распространённых ситуаций.

Снижением смертности от внешних причин занимаются не только медики (их ведущая роль – оказание медицинской помощи, обучение населения оказанию первой помощи), но и многие другие ведомства.

Смертность от внешних причин – глобальная проблема общества во всем мире. Главная сложность её решения состоит в том, что чаще всего смертность от внешних причин происходит из-за неоправданно рискованного поведения людей и игнорирования ими правил безопасности.

Рекомендуем ответственнее относиться к своему здоровью и своей жизни.

Заведующий оргметодкабинетом

ГБУЗ «Трубчевская ЦРБ», врач-методист

М.Р.Алексинский