**Как предотвратить смерти от внешних причин?**

Михаил Шебанов, главный внештатный специалист травматолог-ортопед Министерства здравоохранения Новгородской области

Снижение смертности от внешних причин – это комплекс мероприятий, направленных на уменьшение числа смертей, вызванных не болезнями, а внешними факторами, такими как несчастные случаи, травмы, отравления и другие. Это серьёзная задача, требующая участия различных ведомств и направленная на создание безопасной среды и формирование здорового образа жизни. И она является приоритетной задачей, поскольку эти смерти часто предотвратимы.

**Какие причины смертности относятся к «внешним»?**

Внешние причины – это единственный класс причин, который обусловливает только предотвратимые смерти. И именно от этих предотвратимых причин в России ежегодно погибает огромное число людей, причем высокая смертность от этого класса причин сопряжена с очень большим числом людей, которых эти же причины делают инвалидами. Смертность от внешних причин вызывает особую озабоченность общества, поскольку в большинстве случаев эти причины устранимы и, кроме того, в среднем, отличаются относительно низким возрастом смерти.

К внешним причинам смерти относятся те причины, которые вызваны не болезнями, а различными внешними воздействиями. Они могут быть умышленными (убийства) или неумышленными (несчастные случаи, связанные с транспортным движением или вызванные огнем; утопления; отравления; падения), выделяют также повреждения с неопределенными намерениями.

В этом классе причин смерти выделяется несколько групп внешних причин смерти. В частности, Росстат публикует показатели смертности от следующих групп внешних причин:

1. От случайных отравлений алкоголем;

2. От всех видов транспортных несчастных случаев, в том числе от дорожно-транспортных происшествий;

3. От самоубийств;

4. От убийств;

5. От повреждений с неопределенными намерениями;

6. От случайных падений;

7. От случайных утоплений;

8. От случайных несчастных случаев, вызванных воздействием дыма, огня и пламени.

**А как у нас в регионе обстоят дела со смертностью от внешних причин?**

Значение показателя исторически всегда довольно высокое. В трудоспособном возрасте от внешних причин умирает больше людей, чем от причин иного характера (в этом внешние причины сопоставимы с сердечно-сосудистыми заболеваниями). Если конкретизировать, среди установленных причин смерти – высокие цифры ДТП с летальным исходом и алкогольные отравления.

**Как можно в целом снизить смертность от внешних факторов?**

Сам человек может снизить риски закончить жизнь преждевременно, сократив потребление алкоголя и придерживаясь техники безопасности, правил дорожного движения. Кроме того, периодически каждому из нас нужны, на первый взгляд, очевидные по содержанию напоминания о том, как сохранить жизнь и здоровье, и пропаганда адекватного поведения, минимизирующего обозначенные риски.

Очевидно, что профилактика и соблюдение правил безопасности во всех критических ситуациях – это и есть средство спасения жизни и здоровья.

Неделю с 30 июня по 6 июля Министерство здравоохранения Новгородской области посвящает информированию, направленному на снижение смертности от внешних причин.