

с 29 июня по 5 июля 2026 года – Неделя, направленная на снижение смертности от внешних причин



8 800 200 0 200  
TAKZDOROVO.RU

# СМЕРТНОСТЬ ОТ ВНЕШНИХ ПРИЧИН ВЫЗЫВАЕТ ОСОБУЮ ОЗАБОЧЕННОСТЬ ОБЩЕСТВА,

ПОСКОЛЬКУ В БОЛЬШИНСТВЕ  
СЛУЧАЕВ ЭТИ ПРИЧИНЫ  
УСТРАНИМЫ.



**ПРЕДОТВРАТИТЬ**  
легче, чем исправить

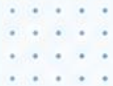


**СОХРАНЯЕМ ЖИЗНИ –**  
сохраняем будущее



**ВАША ЗАБОТА**  
имеет значение





8 800 200 0 200  
TAKZDOROVO.RU

# СМЕРТЬ МОЖЕТ НАСТУПИТЬ ОТ:



СЛУЧАЙНЫХ  
ОТРАВЛЕНИЙ  
АЛКОГОЛЕМ.



ВСЕХ ВИДОВ  
ТРАНСПОРТНЫХ  
НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЕВ,  
в том числе от  
дорожно-транспортных  
происшествий.



УБИЙСТВ  
И САМОУБИЙСТВ.



СЛУЧАЙНЫХ ПАДЕНИЙ,  
УТОПЛЕНИЙ,  
НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЕВ,  
вызванных воздействием  
дыма, огня и пламени.



ЗНАНИЕ РИСКОВ – ПЕРВЫЙ ШАГ К СОХРАНЕНИЮ ЖИЗНИ.

# СМЕРТЬ ОТ ВНЕШНИХ УПРАВЛЯЕМЫХ ПРИЧИН – ЭТО СМЕРТЬ, КОТОРОЙ МОЖНО БЫЛО ИЗБЕЖАТЬ.



8 800 200 0 200  
TAKZDOROVO.RU



НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ  
СВОИХ ДЕТЕЙ  
БЕЗ ВНИМАНИЯ  
И НЕ СОЗДАВАЙТЕ  
СИТУАЦИИ, КОТОРЫЕ  
УГРОЖАЮТ ЖИЗНИ  
И ЗДОРОВЬЮ ДЕТЕЙ!



ВАША ЗАБОТА



ВНИМАНИЕ



БЕЗОПАСНОСТЬ



ЗДОРОВЬЕ

=



СЧАСТЛИВОЕ  
БУДУЩЕЕ



С ЗАБОТОЙ О ВАШЕМ ЗДОРОВЬЕ  
ОГБУЗ «Иркутский областной центр  
общественного здоровья и медицинской  
профилактики им. Углова Ф.Г.».



# БЕЗОПАСНОСТЬ ДЕТЕЙ – НА ВОДЕ И ДОМА



8 800 200 0 200  
TAKZDOROVO.RU



## БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ

- ✓ Купайтесь только в специально оборудованных местах.
- ✓ Не оставляйте ребёнка без присмотра взрослых ни на минуту.
- ✓ Надёжно закрывайте колодцы, бочки, ведра с водой.
- ✓ Не допускайте игр детей у воды без контроля взрослых.



## БЕЗОПАСНОСТЬ ОКОН

- ✓ Не оставляйте ребёнка одного, если в комнате открыто окно.
- ✓ Даже при наличии москитной сетки ребёнок может выпасть из окна.
- ✓ Используйте специальные замки или блокираторы на окнах.



**ВНИМАНИЕ ВЗРОСЛЫХ –  
ЛУЧШАЯ ЗАЩИТА ДЕТЕЙ!**



Ваше внимание и простые меры предосторожности помогут сохранить жизнь и здоровье ребёнка.

# ВКЛАД АЛКОГОЛЯ В СМЕРТНОСТЬ ОТ ВНЕШНИХ ПРИЧИН



8 800 200 0 200  
TAKZDOROVO.RU



**АЛКОГОЛЬ – ЭТО ЯД,**  
который действует на все  
системы организма.



**ОН УБИВАЕТ**  
не только самого человека,  
но также ставит под угрозу  
окружающих.



**УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ**  
занижает оценку опасности  
для жизни и приводит человека  
к гибели.



**АЛКОГОЛЬ ПОВЫШАЕТ РИСК**  
наступления смерти  
от переохлаждения, утопления  
и асфиксии верхних дыхательных путей.



**ТРЕЗВЫЙ ВЫБОР –  
ВЫБОР В ПОЛЬЗУ ЖИЗНИ!**



# БЕЗОПАСНОСТЬ ДЕТЕЙ – ДОМА КАЖДЫЙ ДЕНЬ



8 800 200 0 200  
TAKZDOROVO.RU



Многие несчастные случаи с детьми происходят дома. Простые меры предосторожности помогут сохранить жизнь и здоровье ребёнка.

## ПРОФИЛАКТИКА ОТРАВЛЕНИЙ

- ✓ Храните лекарственные средства в недоступном для детей месте
- ✓ Бытовую химию убирайте на замок
- ✓ Не оставляйте детей без присмотра



## ПРОЧИЕ МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ

- ✓ Не отвлекайте ребёнка во время еды (нельзя смешить, играть)
- ✓ Маленьким детям не давайте еду с косточками или семечками
- ✓ Установите заглушки на электрические розетки



**БЕЗОПАСНЫЙ ДОМ –  
СПОКОЙСТВИЕ РОДИТЕЛЕЙ,  
ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ!**



Регулярно проверяйте дом на предмет потенциальных опасностей.  
Маленькие действия – большая защита!



Подготовлено  
ФГБУ «НИИ  
и профилактической медицины» Минздрава России  
ООО «Российское общество профилактики неинфекционных заболеваний»

## Предиабет — сигнал тревоги, а не приговор

**Факт 1:** Предиабет — это состояние, при котором уровень глюкозы в крови выше нормального, но ещё не настолько высокий, чтобы диагностировать сахарный диабет.

**Факт 2:** У 1 из 4 человек с предиабетом в течение 3-5 лет разовьется сахарный диабет, если не предпринять необходимые меры профилактики.

Тест	Что измеряется	Пороговые значения, при которых ставят диагноз предиабет
Глюкоза плазмы натощак	Уровень глюкозы после ночного голодания	6,1-6,9 ммоль/л
Пероральный глюкозотолерантный тест	Уровень глюкозы через 2 часа после приёма 75 г глюкозы	7,8-11,0 ммоль/л

**Пройди диспансеризацию —  
вовремя выявленный предиабет лечится!**



**TAKZDOROVO.RU**



Официальный  
канал  
Минздрава  
России



# УРОВЕНЬ ДЕТСКОЙ СМЕРТНОСТИ ОТ ВНЕШНИХ ПРИЧИН ОДИН ИЗ САМЫХ ВЫСОКИХ



8 800 200 0 200  
TAKZDOROVO.RU



**ЧТОБЫ ИЗБЕЖАТЬ  
ДЕТСКОГО ТРАВМАТИЗМА,  
В ТОМ ЧИСЛЕ С ЛЕТАЛЬНЫМ ИСХОДОМ:**



**ИСПОЛЬЗУЙТЕ  
ДЕТСКИЕ  
АВТОМОБИЛЬНЫЕ  
КРЕСЛА**

подходящие по возрасту  
и весу ребёнка.



**ПРИСТЁГИВАЙТЕ  
РЕМНИ  
БЕЗОПАСНОСТИ**

на передних и задних  
сиденьях.



**СОБЛЮДАЙТЕ  
ОГРАНИЧЕНИЕ СКОРОСТИ**

в населённых пунктах –  
забота о жизни  
и здоровье детей.



**ПОЗАБОТЬТЕСЬ  
О ВИДИМОСТИ РЕБЁНКА**

на одежде ребёнка  
желательно иметь  
светоотражающие  
нашивки.



**БЕЗОПАСНОСТЬ ДЕТЕЙ – ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ВЗРОСЛЫХ!**