

Внимание! Морозы!

В предстоящие дни метеорологи обещают похолодание вплоть до того, что столбики термометров опустятся до - 25 градусов мороза. Чем, кроме увеличения количества пожаров по причине нарушения правил пожарной безопасности при эксплуатации печного отопления, могут быть чреваты сильные морозы? Прежде всего, обморожениями, причем можно пострадать в считанные минуты.

Как показывает опыт, чаще и быстрее всего у людей замерзают ноги, руки и лицо, и в большинстве случаев это происходит незаметно. Если у окружающих Вас людей внезапно побелели мочки ушей, кончик носа, подбородок, щеки, важно сразу сообщить им об этом.

Если же Вы сами оказались «жертвой» переохлаждения и чувствуете, что немеют руки - разотрите их друг о друга, а когда кровоток восстановится – засуньте их подмышки. Чтобы улучшить циркуляцию крови снимите кольца и часы. При обморожении носа, щек, ушей можно, чтобы вызвать прилив крови к лицу, сделать 10-15 глубоких наклонов. Полезно выпить горячего сладкого чая или кофе, съесть несколько таблеток глюкозы или несколько кусочков сахара.

По возможности, ограничьте длительное пребывание на холодном воздухе.

И помните, чтобы не замерзнуть - надо двигаться!

Под толщей снега человека может подстергать коварная опасность - гололедица. Учитывая, что спешка увеличивает вероятность падений на сложной заснеженной дороге, выходите из дома пораньше. Чтобы не упасть на скользкой дороге, обратите внимание на походку: ступать надо на всю подошву, не торопиться, ноги слегка расслабить в коленях. Руки не должны быть заняты сумками. Особую осторожность следует применять на проезжей части.

И последнее, не оставайтесь равнодушны к чужой беде – увидели упавшего человека - подайте руку, если необходимо - вызовите скорую помощь, заметили у соседа в доме нарушение правил эксплуатации печного отопления – (отсутствие предтопочного листа, стоящий вплотную к печи шкаф, открытую дверцу топки и т.д.) – предупредите его об опасности. Увидели ребенка, одиноко бредущего по улице в сильный мороз – спросите, может, ему нужна Ваша помощь.

Спасти весь мир сложно, но помочь себе и тому, кто рядом с вами, вполне реально и жизненно необходимо.

Елена Кричко,
инспектор сектора пропаганды и взаимодействия с общественностью
Бобруйского горрайотдела по чрезвычайным ситуациям

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ В ГОЛОЛЕД

ВАЖНО!

Будьте предельно
осторожными на проезжей
части дороги

РЕКОМЕНДАЦИИ



по возможности
оставайтесь дома



используйте
обувь на сплошной
рельефной подошве



передвигайтесь осто-
рожно, наступая
на всю подошву



пожилым людям рекомендует-
ся использовать трость с рези-
новым наконечником или палку
с заостренными шипами



выбирайте безопасный маршрут,
посыпанные песком дорожки



где возможно, держи-
тесь за поручни, стену

Если вы поскользнулись



прижмите
руки к туло-
вищу, старай-
тесь упасть
на бок



попросите
прохожих
помочь вам



не торопитесь
подняться,
убедитесь,
что нет травм



при возникно-
вании боли
не двигайтесь



вызовите
скорую
помощь
по тел. 103



МИНИСТЕРСТВО ПО ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ СИТУАЦИЯМ
РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ