

БЕРЕГИСЬ ОБМОРОЖЕНИЯ

С приходом холодов растет риск получить переохлаждение или обморожение организма, которые развиваются вследствие длительного пребывания на холоде, особенно в сырую ветреную погоду. Этому способствуют также утомление, голодание, алкогольное опьянение, тесная обувь, влажная одежда.

Существуют следующие степени обморожение:

Обморожение I степени (легкое) – наступает при кратковременном воздействии холода. Первые признаки такого обморожения – чувство жжения, покалывания с последующим онемением пораженного участка. Затем появляются кожный зуд и боль. Пораженный участок кожи бледный, после согревания покрасневший. Омертвения кожи не возникает.

Обморожение II степени – возникает при более продолжительном воздействии холода. Сначала пораженные ткани бледнеют, теряют чувствительность, на ощупь имеют температуру ниже остального тела. В первые два дня после обморожения на месте пораженных участков образуются пузыри как при ожогах.

При обморожении III степени пузыри образуются уже на начальном этапе, они наполнены кровянистой жидкостью, имеют синюшное, нечувствительное к раздражениям основание. Все пораженные ткани гибнут, гарантированно образование шрамов и рубцов.

Обморожение IV степени возникает при длительном воздействии холода. Обычно сочетается с обморожениями III и II степени. Ткани поражаются на всю глубину. Возможно поражение костей и суставов. Поврежденный участок конечности резко синюшный, иногда с мраморной расцветкой.

Что делать при обморожениях?

Главное действие направлено на устранение причины обморожения – т.е. воздействия низких температур. Также необходимо восстановить кровообращение в пораженных холодом тканях и предупредить развитие инфекции.

Первое, что надо сделать при признаках обморожения – доставить пострадавшего в ближайшее теплое помещение, вызвать врача, снять мокрую одежду и обувь.

Если обморожение I степени – охлажденные участки тела согреваются до покраснения теплыми руками, легким массажем, аккуратными растираниями шерстяной тканью, дыханием. После этих процедур на пораженный участок можно наложить ватно-марлевую повязку.

При обморожениях II-IV степени – быстро согревать конечности, массировать их и растирать нельзя, так как эти действия могут повредить пораженные ткани. На поврежденное место накладывается теплоизолирующая повязка (слой марли, толстый слой ваты, еще раз марля и верхним слоем клеенка, полиэтилен или брезент). На поврежденные конечности накладывается шина, в роли которой может выступать дощечка, старый журнал или картонка. Больной укрывается одеялом.

Пострадавшему от обморожения необходимо дать теплое питье (некрепкий или травяной чай), накормить горячей пищей.

Чего нельзя делать при обморожении?

При обморожении нельзя растирать поврежденные участки тканей снегом, поскольку капилляры очень хрупки и, скорее всего, будут повреждены. Через микротрещины на коже можно занести инфекцию и, при должной старательности, превратить обморожение II степени в классическую гангрену.

Не рекомендуется также использовать грелки, проточную горячую воду.

При обморожениях III-IV степени неэффективно втирание в кожу масла или жира, вредно растирание спиртом.

Как избежать переохлаждения и обморожения?

Одевайтесь неплотно слоями «как капуста» – между свитером и майкой и между курткой и свитером обязательно должны быть прослойки воздуха.

Не носите зимой тесную или влажную обувь, меняйте носки.

Не выходите на мороз без рукавиц, шарфа и шапки.

В морозы пользуйтесь специальными кремами для защиты лица и рук.

Если остановились в пути, помните, что в машине в любом случае теплее и безопаснее.

Замерзшие руки отогревайте не похлопыванием, а под мышками.

Не стойте на ветру. Ветер – часто ключевая причина обморожений.

Помните, что пущенное на самотек обморожение может привести к гангрене и последующей потере конечности. Обязательно обратитесь за помощью к врачу.

Что делать при поездках на дальние расстояния в холодное время:

Водителям особенно тем, кто планирует поездки на дальние расстояния, необходимо обратить особое внимание на техническое состояние своего автомобиля. Важно не заправляться на непроверенных заправках: некачественное топливо может сыграть злую шутку.

Следует заранее запастись теплыми вещами и продуктами. Перед поездкой необходимо сообщить членам семьи, соседям, друзьям уточненный маршрут следования и время возвращения. Если в дороге случилась беда, следует воспользоваться современными средствами связи – это значительно ускорит время реагирования спасательных подразделений. При обращении к спасателям необходимо указать местонахождение, особые приметы местности, состав группы (количество человек, возраст, есть ли больные, дети), обязательно сообщить контактные телефоны свои и близких, а также принять меры к экономии заряда батареи.

Во время метели в условиях ограниченной видимости при выходе из машины не следует отходить от нее за пределы видимости. Если случилась поломка на трассе, выставите перед автомобилем и позади него предупреждающие знаки – это может быть срубленное дерево или любые выделяющиеся вещи. Если машина работает, необходимо приоткрыть стекло для обеспечения вентиляции и предотвращения отравления угарным газом. Машину на длительную остановку или ночевку следует ставить против ветра, чтобы выхлопные газы не попали в приоткрытые окна кабины и салона. Для собственной безопасности необходимо также периодически проверять направление ветра. Не менее важно следить за тем, чтобы выхлопная труба не закрылась наледью, чтобы ее не замело снегом. Если автомобиль сломался, не паникуйте, примите меры к сохранению тепла и экономному расходованию имеющихся продовольственных запасов. Постарайтесь запастись дровами, при их отсутствии можно жечь горючие материалы – их обычно бывает довольно много. Если помощи нет и вы недалеко от населенного пункта, лучше дойти до него пешком. Если вас покидают силы, ищите укрытие и оставайтесь в нем.

Уважаемые водители! Не будьте безучастны к людям, попавшим в беду! Окажите посильную помощь, ведь на их месте может оказаться любой из вас.

ОБОГРЕВАЕМСЯ ПРАВИЛЬНО

С наступлением холодов увеличивается общее число пожаров. И виной тому – человеческая беспечность. Кто-то понадеялся, что эту зиму печь выдержит без ремонта, а кто-то не удосужился соблюсти правила пользования – забыл закрыть топку или перекалил. В любом случае, чтобы не допустить пожара в доме, нужно содержать печное отопление в порядке.

Во-первых, печь должна иметь самостоятельный фундамент. Между стенками печи и деревянными конструкциям должен оставаться воздушный промежуток, или, так называемая, **отступка**.

Во-вторых, в печи не должно быть трещин и щелей, а дымоход должен иметь хорошую тягу и быть **побелен** известковым раствором. Делается это для того, чтобы белом фоне можно было заметить появляющиеся со временем трещины. Во избежание образования трещин в кладке, в отопительный сезон очищайте дымоход от сажи не менее **одного раза в 2 месяца**.

В-третьих, печь и дымовая труба в местах соединения с деревянными перекрытиями во избежание их возгорания должны иметь **утолщение кирпичной кладки** или разделку.

Чтобы случайно выпавшие горящие угли не привели к пожару, прибейте перед топкой на деревянном полу металлический лист размерами **не менее 50x70 см**.

Топить печь рекомендуется два-три раза в день не более чем по полтора часа. Это позволит избежать её перекала. Топку прекращайте не за 2 часа до сна. За это время дрова успеют перегореть, и можно будет закрыть дымоход.

Ни в коем случае не используйте при растопке легковоспламеняющиеся и горючие жидкости. Также не оставляйте открытыми топочные дверцы и топящуюся печь без присмотра. Это прямой путь к пожару.

Держите не менее чем в полутора метрах от печи одежду, мебель, дрова и другие горючие материалы. А золу и перегоревшие угли не следует выбрасывать ближе

15 метров

от строений.

Отремонтируйте печь себе и помогите это сделать своим родителям. Если сами вы это сделать не в состоянии, помогут специалисты. За помощью обращайтесь в Гродненский областной комбинат противопожарных работ по телефону 8(0152)75-12-92. Там подскажут телефон и адрес производственного участка по месту вашего жительства. За консультацией также можете обращаться в отделы по чрезвычайным ситуациям по телефонам «101» и «112».

Позаботьтесь о безопасности заранее, тогда не придется подсчитывать убытки и оплакивать загубленные судьбы.

Обогревай свой дом правильно

Обратите внимание и на правила эксплуатации обогревательных приборов. Для того чтобы не допустить пожара, соблюдайте правила их использования.

В первую очередь, внимательно изучите инструкцию. Важно помнить, что у каждого прибора есть свой срок эксплуатации, который в среднем составляет около 10 лет. Использование его свыше установленного срока может привести к негативным последствиям.

Следите за исправностью прибора: вовремя ремонтируйте и заменяйте вышедшие из строя детали.

Используйте приборы, изготовленные только промышленным способом, не используйте поврежденные, самодельные или «кустарные» электрообогреватели.

Убедитесь, что штекер вставлен в розетку плотно, иначе обогреватель может перегреться и стать причиной пожара.

Не оставляйте включенными электрообогреватели на ночь, не используйте их для сушки вещей.

Не позволяйте детям играть с такими устройствами.

Устанавливайте электрообогреватель на безопасном расстоянии от занавесок или мебели.

Регулярно очищайте обогреватели от пыли, поскольку она может воспламениться.

ГОЛОЛЕД И СОСУЛЬКИ

Уважаемые граждане! С наступлением оттепели в зимний период возникает вероятность образования гололеда на дорогах, а так же наледи, в частности сосулек на крышах зданий и других конструкций.

Во избежание несчастных случаев и травматизма в гололед надевайте обувь на низком каблуке с рельефной подошвой из пористого материала. Если вы передвигаетесь с помощью трости, наденьте на нее резиновый колпачок или возьмите лыжную палку, с хорошо наточенным металлическим наконечником. Выходите из дома пораньше, чтобы передвигаться не торопясь. Не занимайте руки хрупкой или тяжелой ношей и не держите руки в карманах. По возможности, не проходите вблизи зданий и деревьев, чтобы избежать попадания сосульки или обледенелой ветки. Соблюдайте особую осторожность

при переходе дороги. Внимательно смотрите себе под ноги, старайтесь обходить опасные места. Если же скользкое место невозможно обойти, передвигайтесь по нему небольшими скользящими шажками на слегка согнутых ногах, наступайте на всю подошву. Если вы поскользнулись, старайтесь присесть, сгруппироваться, приземлиться на бок и перекатиться. Не торопитесь подняться, убедитесь, что нет травм, попросите прохожих помочь вам. Если никого рядом нет, перевернитесь на живот, встаньте на четвереньки и только потом выпрямляйтесь, стараясь придерживать за какую-нибудь опору. Если появилась резкая боль, не двигайтесь и не позволяйте никому передвигать вас, вызовите скорую медицинскую помощь.