

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ СИЛЬНОМ МОРОЗЕ

1. Без необходимости не выходить на улицу и не выезжать куда-либо на личном автотранспорте.
2. Постарайтесь выполнить всё возможное, чтобы не получить обморожения, если Вам все-таки придётся быть вне дома или квартиры.
3. Не выходите на мороз без варежек, шапки и шарфа. Лучший вариант – варежки из влагоотталкивающей и не продуваемой ткани с мехом внутри. Перчатки из натуральных материалов хоть и удобны, но от мороза не спасают. Щеки и подбородок можно защитить шарфом. В ветреную холодную погоду перед выходом на улицу открытые участки тела смажьте специальным кремом.
4. Не носите на морозе металлические (в том числе золотые, серебряные) украшения – кольца, серёжки и т.д. Во-первых, металл остывает гораздо быстрее тела до низких температур, вследствие чего возможно «прилипание» к коже с болевыми ощущениями и травмами. Во-вторых, кольца на пальцах затрудняют нормальную циркуляцию крови. В целом на морозе старайтесь избегать контакта голой кожи с металлом.
5. Если появилась неисправность в вашей машине вдали от населённого пункта или в незнакомой для Вас местности, лучше оставаться в машине, вызвать помощь по телефону «112», ждать, пока по дороге проедет другой автомобиль.
6. Необходимо укрыться от ветра — вероятность обморожения на ветру значительно выше.
7. Если Вы обморозили себе часть тела: согрейте отмороженную часть тела, растерев сухой мягкой тканью, затем поместите её в тёплую воду и постепенно доведите температуру воды до 40-45 градусов. Если боль проходит и чувствительность восстанавливается, то вытрите руку (ногу) насухо, наденьте перчатки (носки) и, по возможности обратитесь к врачу.
8. Обмороженные участки тела нельзя смазывать жиром или мазями, растирать снегом, помещать в горячую воду!
9. Помните, что в группу риска, в первую очередь, попадают дети, пожилые люди, люди, испытывающие те или иные проблемы со здоровьем, а также граждане, находящиеся в нетрезвом состоянии!
10. Будьте бдительны и осторожны! Следите за передаваемой информацией: по телеканалу «РТВ», и на официальном сайте администрации города.
11. В случае возникновения ЧС сообщайте в ЕДДС города Радужный (единая дежурная диспетчерская служба) по телефону 112, 25-742.