

Основные правила поведения в зимний период, от МЧС:

Обморожения.

Как показывает практика, чаще и быстрее всего у людей замерзают ноги, руки и лицо, и в большинстве случаев это происходит незаметно. Поэтому, 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, помните, чтобы не замерзнуть - надо двигаться. Чувствуете, что немеют руки - разотрите их друг о друга, а когда кровоток восстановится – засуньте их подмышки. Не забудьте снять кольца и часы – это улучшит циркуляцию крови.

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.

Снежные метели и заносы.

При получении сигнала о приближении метели плотно закройте окна и двери, чердачные люки. Уберите с балконов и подоконников вещи, чтобы их не унесло воздушным потоком. Позаботьтесь о средствах автономного освещения (фонарях, керосиновых лампах, свечах), так как электроэнергию могут отключить. Подготовьте лопаты для уборки снега. Во время сильного снегопада старайтесь не выходить из дома.

После метели в условиях снежного заноса необходимо определить возможность выбраться из-под заносов самостоятельно. Если сильная пурга застала вас в дороге, зайдите в первый попавшийся дом и попроситесь остаться в нем до окончания метели. Постарайтесь отказаться от использования автомобиля, особенно если не обладаете достаточными навыками вождения в условиях гололеда и метели. Паркуйте автомобиль подальше от деревьев, рекламных щитов и других неустойчивых конструкций. По возможности ставьте автомобиль в гараж.

Гололедица.

Под толщей снега человека может подстергать коварная опасность - гололедица. Чтобы не стать пациентом травмопункта – нужно ступать на землю всей подошвой, не торопиться, ноги слегка расслабить в коленях. Руки не должны быть заняты тяжелыми сумками. Старайтесь обходить все места с наклонной поверхностью. Особую осторожность следует применять на проезжей части. В момент падения необходимо: присесть, сгруппироваться, напрячь мышцы, коснувшись земли - перекатиться. Упав, не торопитесь подняться, сначала осмотрите себя, нет ли травм, попросите прохожих помочь вам. При получении травмы обязательно обратитесь в лечебное заведение, где вам окажут квалифицированную медицинскую помощь.

Печное отопление.

Сильные морозы опасны и тем, что граждане станут гораздо чаще использовать нагревательные приборы, особенно это касается частного жилого сектора и печного отопления. Ежегодно, в зимний период, спасатели констатируют увеличение число огненных происшествий произошедших по причине перекала печи или неправильной эксплуатации отопительных приборов. необходимо строгое соблюдение правил пожарной безопасности: при сильных морозах, печи лучше топить 2-3 раза в день и прекращать топку прекращаться не менее чем за 2 часа до отхода проживающих ко сну. Нельзя топить печи с открытыми дверцами, применять для розжига горючие жидкости, а также использовать для топки дрова, длина которых превышает размеры топки. Нельзя также сушить и складировать непосредственно на печах и на расстоянии менее 1,25 м. от топочных отверстий топливо, одежду и др. горючие вещества и материалы. Не оставляйте без присмотра топящиеся печи, и не позволяйте детям самостоятельно их растапливать.

Что же касается электрообогревателей, то эксплуатировать можно только исправные приборы заводского производства. И ни в коем случае не оставляйте их без присмотра.

И последнее. Не оставайтесь равнодушными к чужой беде. Увидели упавшего человека - поддайте руку, видите лежащего на улице человека - вызовите скорую помощь, заметили у соседа в доме нарушение правил эксплуатации печного отопления – (отсутствие предтопочного листа, стоящий вплотную к печи шкаф, открытую дверь и т.д.) – предупредите его об опасности. Увидели ребенка, одиноко бредущего по улице в сильный мороз - спросите, может, ему нужна Ваша помощь. ПОМНИТЕ! Спасти весь мир конечно сложно, но помочь себе и тому, кто рядом с вами, вполне реально. Не оставайтесь равнодушными. Вполне возможно что вам также, может понадобится помощь. Берегите себя!

<https://ozarichi.schools.by/news/295576>

Рекомендации по обеспечению безопасности при гололеде, гололедице, при падении сосулек и наледи с кровель.

Гололед и гололедица: одинаково опасны. Гололед – это слой плотного льда, образовавшийся на земле, тротуарах, проезжей части улицы и на деревьях, проводах из-за замерзания воды. Ему обычно сопутствуют близкая к нулю температура воздуха, высокая влажность, ветер. Толщина льда при гололеде может достигать нескольких сантиметров.

Но гололед встречается реже, чем гололедица, – лед или слой снега, утрамбованный до твердого состояния, который образует скользкую поверхность. Гололедица возникает там, где перед заморозками стояла вода, или там, где движение транспорта или пешеходов уплотнило снег. Чаще всего – на проезжей части дорог и тротуарах. Гололед и гололедица являются причинами чрезвычайных ситуаций. При гололеде значительно увеличивается количество уличных травм: ушибы, вывихи и переломы. Чтобы не попасть в число пострадавших, к неблагоприятным условиям можно подготовиться.

Простые правила при гололеде и гололедице:

Обратите внимание на свою обувь: подберите не скользкую обувь с подошвой на микропористой основе. От высоких каблуков лучше отказаться. Пожилым людям рекомендуется использовать трость с резиновым наконечником или специальную палку с заостренными шипами.

Смотрите себе под ноги, старайтесь обходить опасные места. Если ледяную «лужу» обойти невозможно, то передвигайтесь по ней, как лыжник, небольшими скользящими шажками.

Старайтесь обходить все места с наклонной поверхностью.

Наступать следует на всю подошву, ноги слегка расслабить в коленях. Руки по возможности должны быть свободны, старайтесь не носить тяжелые сумки, не держите руки в карманах — это увеличивает вероятность падения.

Если вы поскользнулись, присядьте, чтобы снизить высоту падения. В момент падения постарайтесь сгруппироваться, и, перекатившись, смягчить удар о землю.

Не пытайтесь спасти вещи, которые несёте в руках.

Если вы упали, отрите себя, проверьте, нет ли травм, попросите прохожих людей помочь. Помните: особенно опасны падения на спину, вверх лицом, так как можно получить сотрясение мозга. При получении травмы обязательно обратитесь к врачу за оказанием медицинской помощи.

Будьте предельно внимательными при переходе дороги: не торопитесь и тем более не бегите. Обязательно убедитесь, что автомобиль остановился, чтобы вас пропустить.

Еще одну опасность принесла с собой зима – сосульки.

Казалось бы, что может быть опасного в такой хрупкой на вид красавице? Однако эта хрупкость весьма обманчива! К сожалению, об этом не знают дети и забывают взрослые. Что же делать, чтобы не оказаться в больнице?

При движении по улицам держитесь подальше от домов. Обращайте внимание на козырьки зданий. Чаще всего сосульки образуются над водостоками, поэтому эти места фасадов домов бывают особенно опасны, их необходимо обходить стороной, желательно на расстоянии не меньше 3 метров. Не игнорируйте объявления «Осторожно! Сосульки».

Внимательней следите за детьми во время прогулки. Они могут ненароком играть именно там, где свисают сосульки.

Не стоит сбивать сосульки самим.

Если во время движения по тротуару, вы услышали наверху подозрительный шум – не останавливайтесь, не поднимайте голову и не рассматривайте, что там случилось. Возможно, это сход снега или ледяной глыбы. Бежать от здания тоже нельзя. Нужно как можно быстрее прижаться к стене, козырек кровель и послужит укрытием.

Главный специалист для выполнения
задач в области защиты организаций
от чрезвычайных ситуаций

В.Л. Король