

Падение на скользкой поверхности

Падение из-за гололеда могут привести к серьезным травмам. Характер травм от простых (растяжения, ушибы, ссадины) до тяжелых, требующих стационарного лечения.

Рекомендации:

- передвигайтесь по скользкой поверхности не спеша, чуть согнув ноги.
- наступайте на всю подошву, учитывая неровности поверхности.
- старайтесь выбирать безопасные участки дороги - там, где есть рыхлый снег или из-под льда выглядывает твердая поверхность асфальта или тротуарной плитки.

Первая помощь

- вызвать медицинскую помощь;
- приложите лед к травмированному месту;
- наложите тугую повязку на поврежденный сустав, однако не переусердствуйте, повязка не должна нарушать нормальное кровообращение и чувствительность кожи пораженной конечности;
- держите травмированную конечность выше уровня сердца.

Переохлаждение

Общее состояние человека, при котором нормальная температура тела падает до отметки +35 °С ниже.

Основной причиной переохлаждения является воздействие на организм холода, т.е. пребывание человека в холодной среде без защитных средств например, теплой одежды.



Первая помощь

- поместить пострадавшего в теплое помещение;
- переодеть в сухую одежду
- укутайте одеялом и напоите теплым сладким чаем;
- при необходимости вызовите медицинскую помощь .

Обморожение



Обморожение частей тела обычно начинается с воздействия на организм температуры окружающей среды -10°С...-20 °С, однако, в регионах с повышенной влажностью, или в осеннее -весеннее время оно может наступить и при -5 °С, и даже 0 °С. Ускорить процесс обморожения может пронизывающий сильный холодный ветер или наличие влаги (пот) под одеждой, в обуви.

Первая помощь

- вызвать медицинскую помощь;
- в течение 40-960 минут согреть обмороженные участки теплой водой;
- промокнуть кожу и укутать пострадавшего теплой одеждой.

Падение снега с крыш

Если во время движения по тротуару вы услышали подозрительный шум, не останавливайтесь и не бегите. А как можно быстрее прижмитесь к стене - козырек крыши послужит укрытием.

Рекомендации:

- при наличии ограждения опасного места не проходите за него, а обойдите место другим путем;
- не приближайтесь к домам со скатными крышами

Сосульки



Сосульки формируются, когда температура воздуха в течение дня колеблется от отрицательных к положительным значениям. Будьте предельно осторожны, когда находитесь вблизи мест формирования сосулек – зданий, учебных корпусов, гаражей и т.д. Растущая температура или постоянная вибрация, вызванная работающими механизмами, строительными работами, периодически открываемыми и закрываемыми дверями и окнами здания в результате могут вызывать падение сосулек.

Будьте внимательны к своему здоровью и здоровью окружающих вас людей, помните о ценности жизни и о долге каждого человека по её сохранению.