

Опасность обморожения у детей

Нередко родители, забывают о таком явлении, как обморожение. Ведь дети, заигравшись, могут не почувствовать обморожения, и что им следует вернуться домой чтобы согреться.

К обморожению приводит

увеличение теплоотдачи;
длительная неподвижность.

Сильный ветер, высокая влажность воздуха, промокшая обувь и одежда значительно усиливают потерю тепла организмом. Помните, обморозиться можно даже и при нулевой температуре, а ветреная погода увеличивает опасность обморожения.

Одежда и обувь ребёнка

Чтобы избежать обморожения, надо соблюдать следующие правила:

одежда ребенка, должна состоять из нескольких слоев, и должна быть легкой, просторной и удобной;

следует использовать только теплую и удобную обувь;

не забывать носить варежки или перчатки.

Обязательно двигаться. Особое значение имеет, выбор обуви. Зимняя обувь должна быть из натуральных материалов. Желательно, чтобы поверхность ботинок или сапог была водонепроницаемой, то есть из гладкой кожи, а не из замши или нубука. Обратите внимание, что обувь не должна быть тесной. В сапоги или ботинки должна свободно входить нога в носках, и еще оставаться прослойка воздуха для сохранения тепла. Для того, чтобы ноги не мерзли рекомендуется одевать хотя бы две пары носков хлопчатобумажные и шерстяные - и использовать стельки с натуральным мехом.

КАК ИЗБЕЖАТЬ ПЕРЕОХЛАЖДЕНИЯ И ОТМОРОЖЕНИЙ НА СИЛЬНОМ МОРОЗЕ



Не курить перед выходом на улицу и на морозе.

Нельзя пить алкоголь. Он охлаждает тело.

Прячьтесь от ветра — вероятность отморожения на ветру значительно выше.

Не стойте на месте. Старайтесь все время двигаться.

Носите свободную одежду это способствует нормальной циркуляции крови.

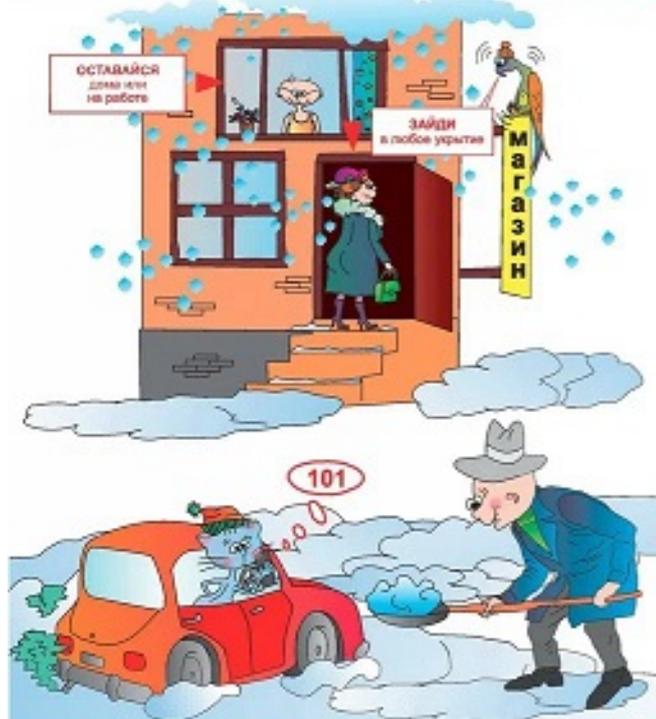
Одевайтесь теплее! Не выходите на мороз без варежек, шапки и шарфа.

Перед выходом на улице поешьте горячей пищи, это поможет сохранить тепло.

Не пользуйтесь увлажняющим кремами. Жирный крем можно наносить не позднее, чем за час до выхода на улицу.



правила безопасного поведения



всегда сохраняй спокойствие!

правила безопасного поведения

СИЛЬНЫЙ СНЕГОПАД

ФАКТОРЫ ОПАСНОСТИ

- снижение видимости, заносы;
- снежные бури;
- повреждение линий электропередач;
- воздействие низких температур;
- обрушение конструкций из-за снеговой нагрузки;
- блокирование транспортных средств, нарушение или полное прекращение движения транспорта

ПОСЛЕ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ О СИЛЬНОМ СНЕГОПАДЕ

- следи за сообщениями по радио, телевидению, в интернете;
- плотно закрой окна, двери, вентиляционные отверстия;
- подготовь запас воды, пищи, медикаментов;
- подготовься к возможному отключению электроэнергии;
- по возможности, не выходи из дома, воздержись от поездок

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ЭТО ПРОИЗОШЛО

ЕСЛИ ТЫ В МАШИНЕ

- остановись на обочине и пережди снегопад;
- включи отопление;
- периодически разгребай снег;
- сообщи о своем местоположении по телефону «101» или «112»

ЕСЛИ ТЫ НА УЛИЦЕ

- внимательно переходи дорогу;
- остерегайся поскользнуться на ступеньках;
- опасайся обморожений;
- зайди в любое укрытие



всегда сохраняй спокойствие!