

*Любимовская сельская библиотека
филиал муниципального казенного учреждения культуры»
«Екатериновская сельская библиотека»
Екатериновского сельского поселения
Щербиновского района*

«Зимняя безопасность»

Час информации

*хутор Любимов
2022 год*



Правила поведения при сильных морозах

- ✓ Только после плотного завтрака или обеда можно выходить на улицу в сильный мороз.*
- ✓ В сильные морозы — нужно постоянно двигаться. Нельзя стоять на одном месте, тем более прислоняться или садиться на металлические предметы*
- ✓ В сильные морозы — нужно тепло одеваться. Чтобы руки оставались теплыми, носите варежки, а не перчатки, обувайте теплую и просторную обувь, на голове должен быть теплый головной убор.*



Правила поведения при сильных морозах

- ✓ На морозе нельзя курить. Никотин снижает циркуляцию крови в периферических сосудах, в основном в пальцах рук и ног, что делает их более уязвимыми для мороза.*
- ✓ В сильные морозы - берегите уши, нос, щеки и пальцы. Нельзя растирать отмороженные участки снегом. Снег охлаждает еще больше, а острые льдинки могут поранить кожу.*
- ✓ Постарайтесь не надевать на улицу серьги и кольца. Металл на морозе так сильно остывает, что может вызвать обморожение*



Переохлаждение

Признаки переохлаждения:

- 1. озноб и дрожь;*
- 2. нарушение сознания
(заторможенность и апатия,
бред);*
- 3. посинение или побледнение губ;*
- 4. снижение температуры тела*



Первая помощь при охлаждении.

- ✓ *Срочно завести пострадавшего в тёплое помещение.*
- ✓ *Быстро освободить его от мокрой одежды.*
- ✓ *Вызвать скорую помощь («03»).*
- ✓ *Постепенно согревать пострадавшего сухим теплом.*
- ✓ *Положить теплые грелки в подмышечную область.*
- ✓ *Дать пострадавшему теплый сладкий чай.*
- ✓ *Если пострадавший без сознания уложить его на бок, укрыть чем-то теплым.*
- ✓ *Наблюдать за его состоянием до приезда врача.*



Обморожение

Признаки обморожения конечностей:

- 1. потеря чувствительности;*
- 2. кожа бледная, твёрдая и холодная наощупь;*
- 3. нет пульса у лодыжек;*
- 4. при постукивании пальцем слышен деревянный звук.*



Первая помощь при обморожении.

1. Доставить пострадавшего в помещение и постараться согреть. Лучше всего это сделать с помощью ванны, температура воды в которой должна быть от 30 до 40 градусов. Обмороженные конечности сначала опускают в воду с температурой 20 градусов, за 20-30 минут доводят температуру воды до 40 градусов.



Первая помощь при обморожении.

2. Если на обмороженном участке нет пузырей или отека, протрите его водкой или спиртом и чистыми руками сделайте массаж отмороженной части тела, движениями по направлению к сердцу.



Первая помощь при обморожении.

3. Дать тёплое сладкое питьё или пищу с большим содержанием сахара.



Первая помощь при обморожении лица

*Уши, щеки и нос можно
согреть теплыми ладонями
или подогретыми кусками
ткани, ни в коем случае не
растирать! Первая помощь при
обморожении лица – это
медленное согревание,
наложение сухой повязки, а
после восстановления
кровообращения – смазывание
животным жиром.*

