

## Безопасность в морозы

В период морозов возрастает количество людей, которые обращаются в больницы с жалобами на обморожение. Есть несколько простых правил, которые позволят вам избежать переохлаждения и обморожений на сильном морозе:

- Не пейте спиртного - алкогольное опьянение вызывает большую потерю тепла.
- Носите свободную одежду - это способствует нормальной циркуляции крови. Верхняя одежда обязательно должна быть непромокаемой.
- Как только на прогулке вы почувствовали переохлаждение или замерзание конечностей, необходимо как можно скорее зайти в любое теплое место - магазин, кафе, подъезд - для согревания и осмотра потенциально уязвимых для обморожения мест.
- Не снимайте на морозе обувь с обмороженных конечностей - они распухнут, и вы не сможете снова одеть обувь. Необходимо как можно скорее дойти до теплого помещения. Если замерзли руки - попробуйте отогреть их под мышками.
- Если у вас заглохла машина вдали от населенного пункта или в незнакомой для вас местности, лучше оставаться в машине, вызвать помощь по телефону или ждать, пока по дороге пройдет другой автомобиль.
- Прячьтесь от ветра - вероятность обморожения на ветру значительно выше.
- Следует учитывать, что у детей терморегуляция организма еще не полностью настроена, а у пожилых людей и при некоторых болезнях эта функция бывает нарушена. Эти категории более подвержены переохлаждению и обморожениям, и это следует учитывать при планировании прогулки. Отпуская ребенка гулять в мороз на улице, помните, что ему желательно каждые 15-20 минут возвращаться в тепло и согреваться.
- Наконец, помните, что лучший способ выйти из неприятного положения - это в него не попадать. Если вы не любите экстремальные ощущения, в сильный мороз старайтесь не выходить из дому без особой на то необходимости.

С наступлением холодов возрастает вероятность возникновения пожаров в жилых домах. Несоблюдение правил пожарной безопасности при пользовании печным отоплением нередко приводит к трагедии. Чтобы избежать пожаров по этой причине, следует знать и соблюдать определенные меры пожарной безопасности при топке печи:

- У печи должны быть исправная дверца, заслонки соответствующих размеров и притопочный металлический лист, прибитый к деревянному полу размером 50x70 см без дефектов и прогаров.
- В зимнее время, чтобы не случился пожар от перекала отдельных частей, печи рекомендуется топить 2-3 раза в день, продолжительностью не более 1,5 часа.
- Мебель, занавески и другие горючие предметы нельзя располагать ближе 0,5 м от топящейся печи.
- Нельзя хранить щепу, опилки, стружки под печкой, также нельзя подсушивать дрова на печи, вешать над ней для просушки белье. Чтобы обезопасить себя и свой дом от пожара помните - нельзя использовать самодельные электрообогревательные приборы! Не оставляйте без присмотра включенные в сеть электроплитки и обогреватели. Не устанавливайте обогреватели с открытой спиралью рядом с диванами и шторами. Не пользуйтесь поврежденными розетками и рубильниками.

Главное управление МЧС России по Красноярскому краю.