

Опасности гололеда и гололедицы:

- дороги превращаются в ледяной каток;
- на улицах и площадях образуются пробки из автомашин;
- увеличивается число обращений за медицинской помощью с ушибами, вывихами, переломами;
- парализуется уличное движение. Движение блокируется тяжелыми транзитными грузовиками и малоопытными автолюбителями;
- обрываются провода, повреждаются опоры, антенны служебных и жилых домов, металлические конструкции;
- затрудняется работа аэропортов, ограничивается применение воздушного транспорта;
- создается угроза перегрузки мачт, башен кровли;
- ломаются ветви деревьев, вырываются с корнями деревья;
- снег сдувается с гладкой поверхности льда, а поэтому зимой над ледяной поверхностью стоят низкие температуры.

Как действовать во время гололеда (гололедицы):

Если в прогнозе погоды дается сообщение о гололеде или гололедице, примите меры для снижения вероятности получения травмы:

- выходить на улицу следует в обуви на низком каблуке и с нескользящей подошвой. В крайнем случае, на подошву наклейте лейкопластырь или изоляционную ленту, можно натереть подошвы песком (наждачной бумагой)
- передвигайтесь осторожно, не торопясь, наступая на всю подошву. При этом ноги должны быть слегка расслаблены, руки свободны.
- пожилым людям рекомендуется использовать трость с резиновым наконечником или специальную палку с заостренными шипами.
- особое внимание обращайте на провода линий электропередачи, контактных сетей электротранспорта. Если Вы увидели оборванные провода, сообщите администрации населенного пункта о месте обрыва.

ЕСЛИ ВЫ ВСЕ-ТАКИ ПОСКОЛЬЗНУЛИСЬ...

Чаще всего в гололед люди падают на спину, при этом удар приходится либо на затылок, либо на выставленные локти.

Чтобы уменьшить последствия падения нужно научиться «правильно» падать.

Если вы поскользнулись, постарайтесь присесть, чтобы снизить высоту падения.

Для того, чтобы исключить травмы, необходимо прижать подбородок

к груди, постараться принять удар всем телом и смягчить падение руками.

При падении вперед максимально поднимите голову и постарайтесь перекатиться на бок. Ни в коем случае не падайте на колени и прямые руки.

Падение в гололед всегда неожиданно и опасно.

Будет очень хорошо, если Вы научитесь правильно падать и научите этому своих близких.

ВСЕГДА ПОМНИТЕ ОБ ОСТОРОЖНОСТИ.

Выбирайте более безопасный путь, идите там, где меньше льда, где дорожки посыпаны песком, где есть освещение. И не стоит догонять отходящий транспорт, вы рискуете оказаться у него под колесами. Лучшая профилактика зимних травм – это осторожность и осмотрительность.