



ПРОФИЛАКТИКА ОБМОРОЖЕНИЯ

Признаки и симптомы ОБМОРОЖЕНИЯ:



Потеря чувствительности
обмороженных участков тела



Ощущение покалывания или
пощипывания, покраснения кожи

ОДЕЖДУ И ОБУВЬ НАДЕВАЙТЕ ПО ПОГОДЕ:



теплую и сухую



из натуральных материалов,
желательно из шерсти и кожи



несколько легких слоев одежды
вместо одного плотного



шапку, шарф и
варежки



обувь – с теплыми
стельками

Что ДЕЛАТЬ при обморожении:



Наложите на обмороженные участки
теплоизолирующую сухую повязку



При наличии симптомов обморожения-
немедленно обратитесь
за медицинской помощью



Если начали замерзать, согрейтесь
в помещении или горячим напитком

Что НЕЛЬЗЯ ДЕЛАТЬ при обморожении:



Растирать сильно обмороженные участки



Пытаться согреть обмороженные
участки тела огнем или горячей водой



Применять масляные средства



Употреблять алкоголь