

Гололед и сосульки: как уберечься от опасности

С наступлением зимы похолодание и оттепели, как следствие гололед и сосульки – характерные признаки погоды, которые происходят в природе. Однако, с приходом зимы вырастают не только сугробы и сосульки, но и очередь к травматологу. Особенно печальна статистика в первые дни гололеда, когда люди еще не обзавелись навыками ходьбы по льду, и бессмертная цитата из фильма «Бриллиантовая рука»: «Поскользнулся, упал, очнулся – гипс» – в эти дни становится как никогда актуальна. К сожалению, от падения не застрахован никто, но свести к минимуму риск упасть и сломать себе что-нибудь вполне по силам каждому, главное – запомнить несколько простых, но очень важных правил.

Чтобы не попасть в число пострадавших, к неблагоприятным условиям можно подготовиться:

- подберите не скользящую обувь с подошвой на микропористой основе, отказавшись от высоких каблуков. Наступать следует на всю подошву, ноги слегка расслабить в коленях;
- смотрите себе под ноги, старайтесь обходить опасные места. Если ледяную «лужу» обойти невозможно, то передвигайтесь по ней, как лыжник, небольшими скользящими шажками;
- будьте предельно внимательны на проезжей части дороги: не торопитесь и, тем более, не бегите;
- старайтесь обходить все места с наклонной поверхностью;
- руки по возможности должны быть свободны, старайтесь не носить тяжелые сумки, не держите руки в карманах – это увеличивает вероятность падения;
- пожилым людям рекомендуется использовать трость с резиновым наконечником или специальную палку с заостренными шипами.

Помните: особенно опасны падения на спину, вверх лицом, так как может случиться сотрясение мозга. При получении травмы обязательно обратитесь к врачу за оказанием медицинской помощи.

Еще одну опасность таит зима – сосульки. Казалось бы, что может быть опасного в такой хрупкой на вид красавице? Однако эта

хрупкость весьма обманчива! К сожалению, об этом не знают дети и забывают взрослые.

Для того чтобы обезопасить себя от падения сосулек рекомендуется:

- соблюдать осторожность и, по возможности, не подходить близко к стенам зданий;
- при выходе из зданий обращать внимание на скопление снежных масс, наледи и «сосулек» на крышах, по возможности, обходить места возможного их обрушения. Особое внимание следует уделить безопасности детей;
- если во время движения по тротуару вы услышали наверху подозрительный шум – нельзя останавливаться, поднимать голову и рассматривать, что там случилось. Возможно, это сход снега или ледяной глыбы. Нужно как можно быстрее прижаться к стене, козырек крыши послужит укрытием;
- не следует оставлять автомобили вблизи зданий и сооружений, на карнизах которых образовались сосульки и нависание снега;
- кроме того, следует обращать внимание на обледенение тротуаров. Обычно более толстый слой наледи образуется под сосульками. При обнаружении сосулек, висящих на крыше вашего дома, необходимо обратиться в обслуживающую организацию.

Осторожно, гололед!

