

ПРОФИЛАКТИКА ОБМОРОЖЕНИЙ



Как избежать:

1. Ограничить прогулки в морозную, ветренную погоду
2. Одевайтесь “по погоде”
3. Снимайте металлические украшения
4. Исключите употребление табака и алкоголя на морозе

Как помочь:

1. Переместите пострадавшего в сухое и теплое помещение
2. Наденьте сухую одежду и укройте одеялом
3. Согревайте поражённые участки постепенно
4. При обморожении III и IV степени обратитесь за медицинской помощью

Что нельзя делать:

1. Не растирать повреждённое место снегом или варежкой
2. Нельзя быстро отогревать поражённый участок
3. Нельзя принимать горячую ванну

