

2. Śnieżyce i mrozy.

Śnieżyca, duży opad śniegu połączony z silnym wiatrem.

Mróz, temperatura powietrza na otwartej przestrzeni poniżej 0°C; okres charakteryzujący się taką temperaturą.

A. Skutki zagrożenia.

Śnieżyce mogą być przyczyną zasp paraliżujących komunikację, łączność, zaopatrzenie. Niska temperatura może doprowadzić do odmrożenia i wychłodzenia ciała, co może spowodować bezpośrednie zagrożenie życia.

Odmrożenie - jest skutkiem oddziaływania zimna (choć niekoniecznie mrozu!). W wyniku odmrożenia mogą wystąpić trwałe uszkodzenia najbardziej narażonych na odmrożenie części ciała.

Wychłodzenie - jest stanem, gdy temperatura wewnętrzna ciała spada poniżej 35 °C.

Silny wiatr w połączeniu z temperaturą powietrza tylko nieco poniżej 0 °C może mieć taki sam skutek, jak stojące powietrze o temperaturze poniżej -30 °C. Może być to przyczyną odmrożenia i wychłodzenia organizmu.

Objawy odmrożeń: zaczerwienienie, znaczne wychłodzenie, utrata czucia i błądź odmrożonych części ciała (najczęściej palce nóg i rąk, policzki, nos, małżowiny uszne).

Objawy wychłodzenia: zaburzenie świadomości do śpiączki włącznie, powolna mowa, senność, poczucie wyczerpania.

B. Zapobieganie.

W czasie śnieżnej burzy i wielkich mrozów:

- nie wychodź z domu,
- słuchaj komunikatów radiowych o aktualnych warunkach pogodowych,
- jeżeli musisz wyjść z domu, ubierz się wielowarstwowo w ciepłą odzież, lekko dopasowaną, zdejmij metalową biżuterię, nałóż okrycie głowy, szalik i ciepłe rękawiczki,
- zachowaj ostrożność poruszając się po zaśnieżonym i oblodzonym terenie, zwróć uwagę na zwisające sople, zwały śniegu na dachach budynków, itp.,
- w czasie śnieżycy staraj się korzystać z komunikacji publicznej,
- unikaj dalszych podróży w czasie burzy śnieżnej, jeśli jednak musisz to zrobić to:
 - słuchaj komunikatów radiowych o aktualnych warunkach drogowych,
 - powiadom kogokolwiek o docelowym miejscu podróży, przewidywanej trasie przejazdu oraz o czasie dotarcia na miejsce przeznaczenia,
 - podróżuj w ciągu dnia i jeśli to możliwe, w towarzystwie przynajmniej jednej osoby,
 - zabierz ze sobą:
 - * prowiant - wysokoenergetyczne, suche pożywienie oraz kilka butelek wody,
 - * śpiwór lub koc, rękawice, czapkę,
 - wyjeżdżaj z zapasem paliwa.

C. Ratowanie.

Jeśli utknąłeś w drodze:

- pozostań w samochodzie; nie szukaj sam pomocy, chyba, że pomoc jest w widocznej odległości,
- umocuj na antenie lub dachu samochodu jaskrawą tkaninę tak, aby była widoczna dla ratowników,
- pozostaw włączone światła, abyś był widoczny, pamiętaj jednak by nie rozładować akumulatora,
- użyj wszelkich dostępnych środków do poprawienia izolacji samochodu,
- okryj się kocem lub śpiworem i uruchamiaj silnik co 10 minut włączając ogrzewanie,
- aby uniknąć zatrucia spalinami sprawdź czy rura wydechowa jest wolna od śniegu, a dla wentylacji uchyl lekko okna,
- jeżeli w samochodzie jest więcej osób to powinny się zgromadzić koło siebie dla utrzymania ciepła,
- wykonuj co jakiś czas lekkie ćwiczenia ruchowe dla utrzymania krążenia krwi; staraj się nie przebywać w jednej pozycji zbyt długo; od czasu do czasu klaskaj w dłonie, poruszaj ramionami i nogami w celu utrzymania normalnego obiegu krwi,
- unikaj zbędnego lub nadmiernego wysiłku np. odgarnianie śniegu, pchanie samochodu,
- jeśli w samochodzie jest więcej niż jedna osoba, śpijcie kolejno, na zmianę,
- zwracaj uwagę na oznaki odmrożeń lub wychłodzenia organizmu.

URZĄD GMINY
ul. Krótka 1, 05-326 POŚWIĘTNE
woj. mazowieckie
tel. (022) 799-94-21, (025) 752-03-90



PAMIĘTAJ! Jedną z wielu przyczyn ofiar śmiertelnych w zimie jest niewłaściwe przygotowanie pojazdu do sezonu zimowego oraz brak znajomości postępowania na wypadek unieruchomienia pojazdu lub zabłądzenia podczas podróżowania!

Czynności ratujące osoby wychłodzone lub dotknięte odmrożeniami:

- nie uznawaj pochopnie osoby wyziębionej za zmarłą,
- udziel pomocy osobie wyziębionej przed nadejściem pomocy medycznej: rozpocznij powolne ogrzewanie osoby, zdejmij przemarznięte ubrania, okryj ciało kocem, folią aluminiową - ogrzewaj dodatkowo własnym ciałem,
- przy odmrożeniach kończyn, zanurz je w letniej wodzie o temperaturze ciała zdrowego człowieka. Na inne odmrożone części ciała nakładaj ciepłe (nie gorące!) okłady,
- nie podawaj osobie dotkniętej odmrożeniem lub wychłodzeniem alkoholu i kawy.