

Профилактика травматизма в зимний период

Чтобы снизить риск падения при гололеде, необходимо соблюдать следующие правила:

не ходить очень близко к стенам зданий - с крыши может упасть сосулька или кусок затвердевшего снега;

если вы носите длинное пальто или шубу, обязательно приподнимать полы одежды, когда выходите из транспорта или спускаетесь по лестнице;

девушкам на время гололеда не стоит ходить на высоких, тонких каблуках;

идти желательно как можно медленнее. Важно помнить: чем быстрее Вы идете, тем больше риск упасть;

Помните! основной способ профилактики травм зимой - это осмотрительность и осторожность!

носить обувь желательно на плоской подошве или на низком квадратном каблуке;

Зима - время повышенного травматизма. Причиной часто служит гололед, раннее наступление темноты, скользкая обувь.

Ухудшение состояния проезжей части сказывается на увеличении числа дорожных происшествий и росте числа пострадавших. Наиболее частые повреждения при этом: черепно-мозговая травма, переломы костей конечностей

внимательно смотреть под ноги (в снегу можно не заметить даже открытого люка);

в гололедицу ходить нужно по-особому - чтобы немного скользить, словно на маленьких лыжах, наступать на всю подошву;

можно прикрепить подошве обуви или наждачной бумагой, или обычным лейкопластырем, лучше подойдет с рифленой подошвой;