

Звернення до громадян району

19 січня святкується одне із дванадцяти найбільших релігійних свят – Хрещення Господнє або Богоявлення.

Церемонія освячення води на берегах річок, водоймищ супроводжується скупченням людей поблизу водних об'єктів та безпосередньо на кризі, купання людей в ополонках та у відкритих водоймах. Обухівське РУ ГУ ДСНС України у Київській області звертається до мешканців району із застереженням:

- якщо Ви вирішили зануритися у воду порадьтеся спочатку із лікарем;
- утримайтеся від купання, якщо у Вас хворе серце;
- заходьте у воду в спеціально обладнаних для цього місцях;
- не заходьте у воду в стані алкогольного сп'яніння, алкоголь блокує нормальну діяльність головного мозку.

Цього року на свята синоптики обіцяють незначне потепління, тому потрібно бути вкрай обережним перед виходом на кригу. Щоб не потрапити під лід:

- будьте уважні біля стоку води, кущів, очерету – є небезпека провалитися;
- ні в якому разі не перевіряйте товщину льоду ударом ноги, краще – палицею. Якщо після першого удару лід пробивається, негайно повертайтеся на те місце, звідки прийшли;
- не виходьте на лід уночі;
- не ходіть на водоймища поодиноці і не залишайте дітей без догляду.

Якщо Ви потратили у воду не панікуйте, зберіться, кличте на допомогу. А потім пригадайте та послідовно виконайте усі необхідні заходи самопорятунку та самопомоги.

Щоб захистити себе від переохолодження:

- у жодному разі не намагайтеся зігрітися алкогольними напоями (вони сприяють розширенню судин, відтак організм швидко втрачає тепло та замерзає) чи кавою. Особливу увагу слід звернути на те, як правильно зігрітися після тривалого перебування на холоді. У жодному разі не можна раптово занурювати ноги в гарячу воду чи відігрівати їх на гарячій батареї. Швидке нагрівання може призвести до виникнення тромбозу судин та ускладнити перебіг захворювання. Зігрівати потерпілого потрібно поступово. Можна зробити легкий масаж кінцівок.

**Начальник Обухівського РУ ГУ ДСНС України у Київській області
Олександр ГОЛОВАЧ**