Обмороження – це пошкодження будь-якої частини тіла (включно до відмирання тканин), яке виникає внаслідок впливу низьких температур оточуючого середовища. Найчастіше обмороження виникає при температурі повітря нижче – 10оС-200С.

При довготривалому перебуванні на відкритому повітрі, особливо за умов високої вологості та сильному вітрі, обмороження може виникнути восени та навесні при температурі повітря нижче нуля.

За таких умов традиційно зростає кількість випадків, пов’язаних із переохолодженням та обмороженням.

Аби цього уникнути, радять:

– обмежити час перебування на вулиці;

– відмовитись від прогулянок, особливо в нічний час, полювання, риболовлі, туристичних походів;

– для перебування на вулиці, використовувати відповідний (теплий) одяг та взуття, обличчя та руки змащувати кремом;

– за можливості, відмовитись на період стійких морозів від виїздів на власному автомобілі, а за необхідності – користуватись громадським транспортом.

Будьте уважні, бережіть своє життя!