Аномальная погода и опасность переохлаждения

Нынешняя зима запомнится аномальными явлениями. По данным синоптиков, январь текущего года хоть и характеризовался преобладанием теплой погоды, однако пять дней стояли аномальные холода, которые даже привели к гибели людей. Так, в январе и декабре государственными медицинскими судебными экспертами УГКСЭ по Могилевской области по результатам экспертиз 19 раз выставлена причина смерти – переохлаждение от действия низкой температуры. Также экспертами-химиками установлено, что большинство погибших находилось в состоянии алкогольного опьянения.

Февраль также выдался непростым с точки зрения климатических условий. Снегопады, сильные ветра, мороз – зима пока не хочет отступать. Только за прошедшие пятницу-воскресенье в Могилевской области от переохлаждения, по предварительным данным, умерло 4 человека.

В субботу в Климовичском районе во дворе своего дома нашли тело женщины, 1985 г.р. В начале февраля замерзшим в поле найден житель Шкловщины, 1976 г.р. Спустя несколько дней и в Костюковичском районе на обочине дороги в деревне нашли без признаков жизни 44-летнего местного жителя. Мужчина не смог дойти до своего дома буквально 50 метров. Для установления точной причины смерти указанных лиц медицинскими судебными экспертами проводятся дополнительные исследования.

Существует три стадии переохлаждения, отмечают государственные судебные медицинские эксперты. В первой стадии (легкое переохлаждение) организм пытается защитить себя, сокращает теплопередачу – появляется дрожь, человек начинает активно двигаться, к концу стадии появляется сонливость. Затем организм начинает перераспределять кровь с периферии к жизненно важным органам – это уже средняя стадия. Человек стремится принять позу эмбриона, замедляется его сердцебиение и дыхание. При наступлении тяжелой степени переохлаждения происходит поражение центральной нервной системы, сознание – предкоматозное. Кровь возвращается обратно на периферию, человек ощущает жар, зачастую даже снимает с себя верхнюю одежду. На этой стадии замерзающий засыпает или впадает в кому, происходит остановка дыхания и прекращение сердечной деятельности. При температуре воздуха минус 15 взрослый человек среднего телосложения проходит описанные выше стадии за 3-4 часа, такой же человек в состоянии алкогольного опьянения – всего за 2 часа.

Чтобы избежать переохлаждения, судебные эксперты управления Госкомитета судебных экспертиз по Могилевской области советуют воспользоваться следующими рекомендациями. В холодную погоду на улице или перед выходом из дома не употреблять алкоголь, так как он увеличивает теплоотдачу, также отказаться от курения, которое ухудшает кровоснабжение в конечностях. Не выходите на улицу голодными и уставшими. Не пренебрегайте принципом многослойности одежды – лучше два-три слоя, нежели один теплый свитер. Сухой и свободной должна быть обувь. Не пользуйтесь зимой увлажняющими кремами, украшения из металлов оставьте дома – они увеличивают скорость охлаждения. Если так сложились обстоятельства и в холодную погоду вы вынужденно долго находитесь на улице, двигайтесь максимально много – не сидите и не лежите. Боритесь с сонливостью – высока вероятность не проснуться.

Не проходите мимо человека, который спит на улице в холодную погоду, – разбудите его и при необходимости вызовите скорую помощь. Берегите себя и своих близких.