



Csongrád Megyei Rendőr-főkapitányság

JANUÁR

Az elmúlt hetek enyhébb időjárása ellenére valószínűsíthető, hogy a tél még tartogat számunkra hidegebb napokat. A tél veszélyei között tehát nemcsak a megváltozott időjárási és útviszonyokra, a különféle balesetek lehetőségeire kell figyelmet fordítani, de a megelőzés érdekében érdemes tisztában lenni a kihülés, fagyás veszélyeivel is.

Kihülés akkor következik be, ha a szervezet több hőt veszít, mint amennyit akár fokozott anyagcserével (testmozgás), akár külső forrásból származó melegítéssel pótolni lehet. A szél, a hideg felületen ülés vagy fekvés, a hideg vízben való tartózkodás fokozza a hőveszteséget. Különösen veszélyeztetettek, akik valamilyen okból - pl. betegség, sérülés, tudatmódosító szerek miatt bekövetkező eszméletvesztés - huzamosabb ideig fekszenek mozdulatlanul a hidegben, **főleg ha nincs olyan személy a környezetükben, aki segítséget nyújthatna, vagy hívhatna számukra.**

A kihülés tünetei általában fokozatosan alakulnak ki. Kezdetben reszketés és fogvacogás jelentkezik, később a mozdulatok lassúvá és ügyetlenné válnak, megnő a reakcióidő, a gondolkodás zavart lesz. Az érintett személy akár teljesen magatehetetlenné válhat, eszméletét is elveszítheti. A szívverés és a légzés lassabb, gyengébb lesz, különböző szívritmuszavarok alakulhatnak ki, szívmegállás következhet be.

Amennyiben felmerül a kihülés gyanúja, mindenképpen **mentőt** kell hívni az érintetthez (104)!

Ha lehetőség van rá, annak érkezéséig segíthet a meleg ruha, takaró, megfelelő hőmérsékletű környezet biztosítása, eszméleténél lévő beteggel meleg folyadék is itatható. Kerülni kell a felesleges mozgást.

A tartós hidegáztatás akár 0 °C felett is okozhat **fagyási sérülést** (először a kiálló testrészek, pl. az orr, az áll, a térd, a fülek és az ujjak fagnak meg). Az alkohol tompítja a hidegérzést, ezért az ittas állapotú emberek különösen veszélyeztetettek. A különböző fagyási fokozatoknak megfelelően a fagyott területen égő, szúró fájdalom jelentkezik, ami egy idő múlva csökken, vagy érzéstelenségbe megy át. Ebben az esetben is **mentőt** kell hívni az érintetthez!

Ha valaki a szakemberek megérkezéséig meg akarja kezdeni az ellátást, tudnia kell, hogy a fagyott területet nem szabad hirtelen felmelegíteni! A hideg, nedves ruházat eltávolítása után a beteget be kell takarni, ha szükséges, a fagyott területekre steril fedőkötést kell tenni. Első fokú fagyásnál az érintett terület óvatos dörzsöléssel melegíthető, a beteg meleg folyadékkal itatható.

A közhiedelemmel ellentétben ezek a problémák nemcsak az utcán élő, vagy alkoholproblémákkal küzdő embereket érinthetik. Fokozottan kell figyelni az elesett, magukra hagyott, elszigetelten élő emberekre, az idős, magányosan élő, támogatásra szoruló

rokonokra, ismerősökre is. Amennyiben huzamosabb ideig nem adnak életjelt magukról, nem tudják elérni őket, illetve feltételezhető, hogy segítségre szorulnak, kérjük, értesítsék az illetékeseket, szükség esetén forduljanak a rendőrség munkatársaihoz, hogy a lehetőségekhez mérten minél gyorsabban megtehetőek legyenek a megfelelő intézkedések.

Központi segélyhívó telefonszám: 112 Rendőrség : 107 Mentők: 104

Az elkövetkező időszakban kérjük, fordítsanak kiemelt figyelmet:

- Közeli és távoli hozzátartozóikra, főleg egyedül, magányosan élő, vagy mozgásukban korlátozott családtagjaikra, szomszédjaikra, ismerőseikre!
- Ellenőrizték, hogy a fagyásveszélynek jobban kiszolgáltatottnak van-e megfelelő mennyiségű tüzelője, élelmiszere, ivóvize, gyógyszere.
- Ha tehetik, gondoskodjanak arról, hogy a rászoruló hozzátartozóiknak legyen alternatív fűtőteste, tartalék tüzelője, elegendő meleg ruházata, legyenek elérhetőek telefonon vagy mobiltelefonon (célszerű feltöltött tartalék akkumulátorról is gondoskodni), legyen felhalmozva pár napra elegendő tartós élelmiszerük, gyógyszerük!
- Amennyiben az idős emberek rászorulnak, segítsenek a lakás, ház befűtésében, a bevásárlásban, hogy ne kelljen kimozdulni otthonaikból!

Haladéktalanul hívják a rendőrséget az ingyenesen hívható számon (112) amennyiben:

- azt tapasztalják, hogy egyedül élő szomszédjuk nem ad életjelet magáról, vagy nem észlelnek fűtésre utaló jeleket náluk,
- ha nem tudják felvenni hozzátartozóikkal a kapcsolatot,
- ha az utcán, közterületen hajléktalan, segítségre szoruló, utcán fekvő embert látnak.

barka@csongrad.police.hu

EGÉSZ ÉVBEN AZ ÖNÖK BIZTONSÁGA ÉRDEKÉBEN!

Rendőrségi segélyhívó: 107

Központi segélyhívó: 112

TELEFONTANÚ: 06/80/555-111