

## **Морозы крепчают**

К выходным синоптики передают понижение температуры и сильные морозы, а как известно - холод очень плохо сказывается на коже человека. Как показал недавний социальный опрос, почти 38% ответили, что ничего не используют для защиты своей кожи, кто – попытается защитить кожу лица шарфом, и только 10% воспользуются кремом.

При низких температурах, защитная мантия внешних кожных покровов ослабевает, и это приводит к возникновению на коже мелких трещинок, которые довольно долго заживают. Не стоит забывать и про детей. У них очень нежная кожа и в отличии от взрослых, ребенок даже может не почувствовать первых признаков обморожения. Поэтому взрослые должны соблюдать правила безопасности при низкой температуре.

В первую очередь не стоит выходить на улицу, особенно детям, и пожилым людям. Если все же Вам необходимо покинуть теплый дом, то постарайтесь одеться потеплее. Банальное правило, но важное. При низких температурах старайтесь максимально утеплить лицо теплой одеждой. Будет отлично, если на вашей верхней одежде есть капюшон. Он защитит ваше лицо от ветра. Одежда не должна быть сильно свободной. В такой одежде ветер быстро доберется до кожных покровов и принесет вред коже. Не стоит надеяться на горячую воду, после холода пытаться согреться горячей водой, а в результате получите сильные болевые ощущения.

Перед самым выходом на улицу не наносите увлажняющий крем на лицо и руки, более эффективно будет нанести его за несколько часов до выхода на мороз.

Берегите себя, и своих близких.

*Инспектор сектора пропаганды и взаимодействия с  
общественностью Добрушского РОЧС  
Богомазова Елена*