Автор: Валерия Маяковская © Babr24.com ОБЩЕСТВО, 3628 24.10.2014, 13:27 620

Из-за торфяников в Ангарском районе детям запретили гулять

Территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Иркутской области составил список рекомендаций жителям Ангарска и Ангарского района в связи с задымлением территории из-за тлеющих торфяников.

Среди рекомендаций:

- не открывать окна в помещениях с целью проветривания;

- использовать в быту и на рабочих местах системы кондиционирования и очистки воздуха;

- занавешивать места поступления атмосферного воздуха (форточки и т. д.) увлажненной тканью;

- проводить влажную уборку в жилых помещениях и на рабочих местах, полезно также поставить в доме банки или бутылки с водой, чтобы повысить влажность воздуха;

- ограничить физическую нагрузку, в т. ч. сократить рабочий день для работающих со значительной физической нагрузкой;

- отказаться от прогулок детей;

- взрослым следует максимально ограничить курение;

- ограничить время нахождения на задымленной территории;

- при возможности покинуть задымленную территорию.

Также напоминается, что распространяющийся от торфяников дым очень опасен для людей, страдающих хроническими заболеваниями органов дыхания и сердечно - сосудистой системы. Без острой необходимости им лучше не выходить на улицу.

Чтобы уменьшить влияние дыма на организм, большую часть времени лучше проводить в помещении с закрытыми окнами. Не следует заниматься спортом на открытом воздухе, отпускать детей играть на улицу, лучше сократить время выгула домашних животных. Рекомендуется при сильной задымленность использовать ватно-марлевую повязку (возможно, влажную). Нельзя пользоваться оконными вентиляторами, втягивающими воздух с улицы в дом, а также нужно отключить эту функцию в кондиционере. Находясь в автомобиле, закрывайте окна, кондиционер установите в режим рециркуляции воздуха.

Что делать, если человек на улице начал задыхаться от дыма? Пострадавшего нужно положить на спину, расстегнуть ворот, повернуть голову набок, промокнуть лицо влажным платком и обрызгивать водой шею. Необходимо немедленно вызвать «Скорую».

В период задымленности территории нужно пить больше воды, кислородные коктейли, принимать поливитамины. В пищу употреблять больше овощей, черную смородину, морскую рыбу. Эти продукты являются природными антиоксидантами, защищающими клетки от воздействия внешней среды.

Автор: Валерия Маяковская © Babr24.com ОБЩЕСТВО, 3628 24.10.2014, 13:27 620
URL: https://babr24.com/?ADE=129938 Bytes: 2293 / 2249 Версия для печати Скачать PDF

Порекомендовать текст

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:
- Телеграм
- ВКонтакте

Связаться с редакцией Бабра:
newsbabr@gmail.com

Автор текста: **Валерия Маяковская**, редактор автомобильных новостей, редактор сайта Vangarske.com.

На сайте опубликовано **1526** текстов этого автора.

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: @babr24_link_bot
Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь
Телеграм: @bur24_link_bot
эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова
Телеграм: @irk24_link_bot
эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская
Телеграм: @kras24_link_bot
эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская
Телеграм: @nsk24_link_bot
эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин
Телеграм: @tomsk24_link_bot
эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

Прислать свою новость

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"
Телеграм: @babrobot_bot

эл.почта: eqquatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

Подробнее о размещении

Отказ от ответственности

Правила перепечаток

Соглашение о франчайзинге

Что такое Бабр24

Вакансии

Статистика сайта

Архив

Календарь

Зеркала сайта