



겨울철 기상

겨울 폭풍

겨울 폭풍은 자동차 사고, 저체온증, 동상, 일산화탄소 중독 및 무리한 동작으로 인한 심장마비의 위험을 높입니다. 눈보라 등 겨울 폭풍은 극한의 추위, 얼음비, 눈, 얼음 및 강풍을 동반할 수 있습니다.

겨울 폭풍:

- 몇시간또는수일간지속될수있습니다.
- 난방, 전력및통신서비스공급을중단시킬수있습니다.
- 고령자, 아동, 환자및반려동물을큰위험에빠뜨릴수있습니다.

겨울철기상동안안전유지

- 가능하다면 도로에서 벗어나 계십시오. 차 안에 갇힌 경우에는 안에 그대로 계시기 바랍니다.
- 외부에서 보내는 시간을 제한합니다. 밖으로 나가야 할 경우, 따뜻한 옷을 여러 겹 껴입으시기 바랍니다. 동상과 저체온증 징후를 주의 깊게 살핍니다.
- 눈을 치우고 눈길을 걸을 때 무리하지 않도록 하여 심장마비의 위험성을 줄입니다.

동상과저체온증의징후와기본치료법에 대해익혀둡니다.

동상은 얼굴, 손가락, 발가락 주변의 감각을 느끼게 하지 못하고 변색을 일으킵니다.

- **징후:** 감각이 없음, 창백한 피부 또는 회황색 피부, 딱딱한 피부 또는 밀랍 피부
- **조치:** 따뜻한 방으로 갑니다. 따뜻한 물에 담급니다. 체온을 이용하여 따뜻하게 합니다. 마사지나 온열 패드는 사용하지 마십시오.

저체온증은 비정상적으로 낮은 체온입니다. 화씨 95도(섭씨 32도) 이하의 체도는 응급 상황입니다.

- **징후:** 오한, 피로, 정신착란, 서툰 손동작, 기억 상실, 어눌한 말투 또는 졸음.
- **조치:** 따뜻한 방으로 갑니다. 먼저 몸의 중심(가슴, 목, 머리, 사타구니)을 따뜻하게 합니다. 건조하게 유지하고 머리와 목을 포함하여 따뜻한 담요로 감싸도록 합니다.