



**DIRECȚIA DE SĂNĂTATE PUBLICĂ PRAHOVA**

Ploiești, 100022, str. Take Ionescu nr.13

Telefon: 0244-522201, Fax: 0244-523471

Mail: [secretariat@dspph.ro](mailto:secretariat@dspph.ro) Web: [www.dspph.ro](http://www.dspph.ro)

Nr.....

Data .....

28.600

14.12.2012

## COMUNICAT DE PRESA

Avand in vedere conditiile meteorologice nefavorabile din aceasta perioada a anului inregistrate si in judetul nostru, (ninsori, temperaturi scazute), Directia de Sanatate Publica Prahova informeaza populatia cu privire la riscul de accidente si imbolnaviri, specifice **sezonului rece** :

- Să evite deplasările în aer liber și , implicit, expunerea la frig,
- Să consume lichide calde (lapte, ceai de fructe sau medicinal), alimente bogate în proteine ( în special produse lactate), fructe și legume proaspete sau conservate fara prelucrare termica .
- Sa evite consumul de bauturi alcoolice si excesul de cafea, ceai negru.
- Sa foloseasca mijloacele de protectie adecvate -căciuli, mănuși, cizme etc.Trebuie evitată expunerea prelungită a mâinilor și picioarelor la temperaturi scăzute pentru a se feri de degerături (în acest caz, trebuie evitată automedicația și este recomandată consultarea unui medic).
- Persoanele vârstnice, în special cele cu afecțiuni cardiace / respiratorii, să evite deplasările și frecventarea locurilor aglomerate care creează premisele decompensării prin boli respiratorii transmisibile .
- Să se acorde o atenție specială copiilor - evitarea situațiilor în care ei sunt lăsați să aștepte în interiorul autovehiculelor parcate, evitarea transporturilor pe distanțe lungi în vehicule fără posibilități de climatizare și neechipate corespunzător.
- Sa fie supravegheați copiii la locurile de joacă (partii de sanius) și să se evite amenajarea acestora în apropierea arterelor de circulație sau a lacurilor.
- Sa se asigure încălzirea corespunzătoare a locuințelor și a spațiilor de activitate ; trebuie evitată utilizarea instalațiilor improvizate, care pot duce la intoxicații cu monoxid de carbon.
- Sa se practice sporturilor de iarnă numai pe partiile special amenajate și marcate;

**DIRECTOR EXECUTIV,  
Dr. Ion Alexandru BALOI**



**COMP.PROMOVAREA SANATATII  
Dr.George PUNGARU**