



# MINISTERUL SĂNĂTĂȚII

## Serviciul de Ambulanță București–Ilfov

Str. Mihai Eminescu nr. 226-236, sector 2, București,<sup>1</sup>  
Tel. 021.201.51.10 / 021.201.51.77 / Fax: 021.210.26.76  
E-mail: [secretariat@sabif.ro](mailto:secretariat@sabif.ro); Cod fiscal 26361041;  
Operator Prelucrare Date cu Caracter Personal,  
înregistrat sub nr. 35192 și avizat de către ANSPDCP



### COMUNICAT

Prin prezentul comunicat, Dr. Alis Grasu, Managerul General al Serviciului de Ambulanță București Ilfov, văzând Hotărârea nr. 1 din 18.02.2025 a COMITETULUI MUNICIPIULUI BUCUREȘTI PENTRU SITUAȚII DE URGENȚĂ, vă aduce la cunoștință următoarele:

- Informarea populației** – pentru conștientizarea asupra pericolului generat de căderea zăpezii și a țurțurilor;
- Informarea populației** – cu privire la măsurile de protecție ce trebuie respectate pe timpul sezonului rece, inclusiv prin utilizarea platformei [www.fiipregătit.ro](http://www.fiipregătit.ro):

“Odată cu schimbările climatice, vedem ninsori mai abundente și mai multe friguri, vânturi și gheață extremă. Toate aceste condiții cresc riscul de accidente, degerături și întreruperi de curent și pot fi deosebit de periculoase pentru persoanele în vârstă, copii și animale de companie. Rămâi acasă în siguranță și pregătește-te pentru avertismentele de ger și viscol.”

#### **Semnele hipotermiei și degerăturilor**

**Hipotermia** poate ucide. Aceasta este o temperatură a corpului neobișnuit de scăzută. Dacă ai o temperatură sub 35 de grade Celsius, este esențial să soliciți imediat asistență medicală.

**Semne ale hipotermiei** ● frisoane, tremur în mâini, ● epuizare, confuzie, pierderi de memorie, ● vorbire neclară sau somnolență. Ce trebuie să faci dacă suspectezi hipotermia ● sună la 112 urgent, ● mută victima la căldură, ● scoate hainele ude, ● încălzește corpul treptat începând cu centrul - piept, gât, cap și vîntre.

**Degerături.** Degerăturile sunt leziuni ale pielii de la frig extrem și apar atunci când vasele de sânge de sub stratul superior al pielii îngheață. Cele mai afectate zone sunt nasul, urechile, degetele, pomeții și bărbia. Copiii și persoanele în vârstă sunt mai predispuse să sufere de degerături.

**Semne ale degerăturilor** ● piele mai palidă decât în mod normal, rece și tare, ● modificarea culorii zonei afectate (roșu < alb < gri/negru), ● amorțeală sau senzație de furnicăături.

**Ce trebuie să faci dacă suspectezi degerături** - Încălzește pielea imediat, dar fă acest lucru încet. ● Mută-te într-un loc cald. ● Încălzește treptat zona sub apă caldă. Acest lucru va fi lent și poate dura cel puțin 30 de minute. ● Pune pături pe zona afectată a pielii. Dar nu înfășori pături sau bandaje strâns în jurul pielii; ar putea întrerupe circulația și ar putea preveni fluxul sanguin către țesuturile degerate. ● Nu aplica căldură direct pe piele, ar putea provoca arsuri. ● Mergi la spital dacă simptomele nu se îmbunătățesc. Este posibil să ai dureri severe cu degerături pe măsură ce pielea se dezgheață.

**MANAGER GENERAL**

**DOCTOR ÎN ȘTIINȚE MEDICALE**

**Dr. Alis Grasu**