

Kierowcy! Uwaga na upały!

Data publikacji: 6.08.2015 12:55

W regionie ciągle trwają uporczywe upały, które bywają przyczyną złego samopoczucia i ogólnego zmęczenia organizmu. Wysokie temperatury wpływają także niekorzystnie na sytuację panującą na drogach. Kierowcy często jeżdżą rozkojarzeni, a ich reakcje są opóźnione. Czego skutkami mogą być kolizje, stłuczki, a nawet poważne wypadki drogowe. Poniżej przedstawiamy kilka przydatnych rad dla kierowców- czego przestrzegać podczas upałów.

□

Policja apeluje, że w czasie upałów powinniśmy zwracać szczególną uwagę na zasadę ograniczonego zaufania, ponieważ podczas niekorzystnych warunków, kierowca drugiego samochodu może zemdleć lub zostać oślepiony przez słońce, czego skutkiem często jest zły manewr lub kolizja drogowa.

Przed wyjechaniem w trasę, dobrze jest przewietrzyć wnętrze samochodu przez kilka minut, szczególnie, gdy czeka nas długa jazda. Warto także zaopatrzyć się w okulary przeciwsłoneczne z odpowiednimi filtrami, które ułatwią nam widoczność i zapobiegą zaślepieniu słońcem.

Ważne jest także, aby nie zostawiać w samochodach dzieci i zwierząt, temperatura w nagrzanym pojeździe może dojść nawet do 50 stopni Celsjusza! Dobrze jest także nie wsiadać do samochodu po dłuższym przebywaniu na słońcu, ponieważ może to spowodować wystąpienie udaru słonecznego.

Nie należy zapominać także o spożywaniu dużej ilości płynów, aby uniknąć odwodnienia organizmu. W miarę możliwości, długie trasy warto przełożyć na chłodniejsze dni, w przypadku wystąpienia konieczności jazdy, dobrze jest zaplanować taki wyjazd ze szczegółami.

Jeżeli jesteśmy świadkami zasłabnięcia pieszych lub kierowców, powinniśmy natychmiast wezwać karetkę i w miarę możliwości udzielić pierwszej pomocy.

Pisaliśmy także: [Wracają upały](#)

mp/mat.pras.