



多措并举，抗雪防冻

雪天路滑五车接连追尾 交警提醒司机谨慎慢行

本报记者 杨渐

昨天，杭州迎来2018年第一场真正意义上的降雪，朋友圈里全是晒雪景的照片。大家高兴的心情可以理解，但交警还是提醒大家：雪天路滑，出行时要谨慎慢行，切莫急打转向、急踩刹车。

“雨雪天气易导致路面摩擦系数减小，影响车辆制动效能和驾驶视线。早上就发生两起多车追尾事故，一起是3车追尾，另外一起5车追尾。”昨天下午，下沙交警大队民警陈涛对记者说，冬季桥面、高架下等特殊路段易出现积雪、薄冰，极易引发追尾等事故，驾车通过急弯、路面积雪等易引发滑转的道路时，要严格控制车速，车辆发生侧滑时，切不可急转方向或紧急制动。

据了解，为了应对降雪天气，开发区交警大队已经启动应急预案，做好各类应急物资和人员准备。降雪天气下，大队加强事故多发、易结冰、易积雪路段的交通管控，根据天气情况和群众出行信息灵活采取交通管制措施；全面加强桥梁、弯道、坡道以及易积雪等重点路段的巡逻和警情处置，通过采取巡逻喊话、警报警灯警示、标牌提醒等措施，引导驾驶人安全驾驶。

在做好各项应对工作的同时，交警大队提醒广大司机，雪天开车一定要注意以下几个方面的事项：

起步稳、刹车缓，车速不要太快。在冰雪路面行驶时，刹车距离明显会比干燥路面的刹车距离长。雪天刹车一定要缓踩，不要急刹，遇到突发状况时如果紧急刹车，很有可能造成甩尾，引发更大的危险，尤其是没有装备ESP的车辆。

能不并线就不并线，不然很容易造成车辆失控。一定要注意平缓驾驶，保持直线行驶，不要频繁变道、超车，与前车的车距应是平时的两倍甚至更长，避免刹不住车发生追尾事故。

转弯要慢，切记不要弯道超车。冰雪天气开车经过坡道和弯道时，会比其他路段更容易发生事故，在拐弯时一定要提前减速，保持低速过弯，禁止在弯道超车或变道；上坡时尽量保持低挡位并且避免换挡，下坡时应避免空挡滑行，不要踩死刹车，可以利用降低挡位辅助降低车速。

密切注意行人和非机动车。过路口和转弯时，要密切注意周围的行人，尤其是骑自行车和电动车的市民，他们在冰雪路面上的平衡能力和控制力比汽车更差，很可能会控制不住方向撞上机动车。

出入车库提前看好路面状况。如果车停在地下车库，遇到下雪天时一定提前看好地库出入口的路面状况，如果路面结冰的话很容易发生单方事故，需要特别注意。

最后，交警部门建议市民，遇到恶劣天气时，尽量选择公共交通工具出行，减少出行时间和次数；机动车驾驶员在行驶过程中应遵守现场交警指挥，不要违法行驶。

A

雪地防摔指南，请收好

雪景虽美，雪地却很容易让人滑倒。开发区卫计分局提醒：雪天会给出行的人造成很多不便，市民出行应注意安全。

这些人容易摔倒

昨天下午，家住智格社区的徐女士前往药店买跌打药膏。她告诉记者，儿子非要吵着出门玩雪，自己只好陪着，没想到玩着玩着，不小心跌倒，手肘摔伤。

记者从开发区卫计分局了解到，从往年开发区的医院就诊记录来看，雪天容易摔倒的主要小孩，孩子在雪地里玩打雪仗，因奔跑过快而滑倒后可能出现不同程度伤势；还有老人，老年人骨质变得疏松，稍有不慎就可能摔成骨折；此外，穿高跟鞋的年轻女性，在雪地上行走，鞋底极易打滑而摔倒；骑车的人，在冰雪路面，胯下的自行车和摩托车容易打滑。

开发区卫计分局提醒：下雪天，要注意防摔。

雪天如何防摔，医生来支招

雪天如何防摔？下沙街道社区卫生服务中心全科副主任医生汤卫华说，走路时双手不要插在口袋里，那样有利于保持平衡，万一跌倒可以用手撑着，不容易把腿跌坏。毕竟上肢的外伤比下肢的外伤好处理。此外，走路时应身体略前倾，如滑雪状，来降低身体重心。

走路时两脚要分开，与肩同宽，这样重心稳，走路步幅宜小，迈大步走路容易跌倒。最好

穿防滑鞋或旅游鞋，小步缓慢行走。不要边走边路边看手机。“低头族”只顾着看手机，忽视了路面情况，遇到冰面不能及时躲避。

老年人特别是骨质疏松者，尽量在雪天减少外出。

如果腰部摔疼，千万别乱动

跌倒后如何将身体的损害降到最低？

汤卫华提醒：雪天路难行，意外事故多，千万当心。在雨雪天气出行首先应注意滑倒摔伤，骨折，一般滑倒后骨折多集中在手腕、脚踝、尾骨和腰椎。雨雪天气，一旦感觉即将跌倒，要赶快下蹲，降低身体的重心，减少滑倒时的冲击力。摔倒后不要急于起身，应先看看自己是大腿、腰部还是手腕摔疼了。一般大腿和手腕骨折较轻的，人们还能勉强活动；如果腰疼，千万不要随意乱动，因为腰椎骨折后如果随意活动，很可能造成关节脱位，严重时下肢可能瘫痪。此时应该尽快呼救，不宜随意背抱伤者，而是要用硬板将伤者抬到医院，最好拨打120急救电话由专业医护人员救助。

最后要提醒的是，中老年人尽可能在雨雪天气减少出行，女性穿靴不但鞋底很厚，而且后跟很高，不利于对平衡的掌握。这类鞋子对平衡感的要求很高，稍不留神可能摔跤，临床上接诊的不少女患者都是因为穿这种鞋，但轻则扭伤，重则韧带断裂甚至骨折，尤其是体重较重和身材高挑的女孩子。

本报记者 李思璇

B

防寒防冻，水表养护这么做

冰雪来临，低温还将持续一段时间，此前下沙水务部门已进行了供水设施防冻保温整改，扩充了极端天气电话受理容量，并展开防冻保温知识宣传。冬季水表防冻关系到家家户户，这几个注意事项给大家提个醒：

1、对暴露在室外的水管、水龙头等用水设施，可以使用棉麻织物进行包扎保温，水表井箱内的水表可用废旧衣物等遮盖保温。

2、天寒时，特别在晚上要关紧阳台、厨房、卫生间等所有朝北房间以及楼道的窗户，以保证室内、楼道的温度在零度以上。

3、严寒天气时，如果气温在零下3℃以下，

可在晚间稍稍拧开龙头使水流滴水成线，保证管内自来水流动来防止夜间冻结。

4、太阳能热水器如安装在室外，水管应安装设置防冻排水装置，当气温连续在零下3℃以下时，进行排空防冻。

5、万一发生金属管道冻结或水表冻结，可用30度左右的温水沿裸露在外的水管淋几遍，一般即可解冻。PP-R和PVC管冻结，可用热毛巾敷在水管上再用热水冲淋化冻。切不可用开水急烫或用火烤，以免造成破裂。

如果遇上各类用水问题需要求助，可拨打24小时杭水热线967050。

本报记者 胡师睿