STATE OF NEW YORK | EXECUTIVE CHAMBER

ANDREW M. CUOMO | GOVERNOR

Для немедленной публикации: 18 июля 2013 г.

ГУБЕРНАТОР КУОМО (CUOMO) ПРИЗЫВАЕТ НЬЮ-ЙОРКЦЕВ СОКРАТИТЬ ПОТРЕБЛЕНИЕ ЭЛЕКТРОЭНЕРГИИ В ЖАРКИЕ ДНИ

На четвертый день жаркого (температура воздуха свыше 90 градусов F (32 градуса C)) периода интенсивность потребления электроэнергии приблизилась к новому рекордному уровню

Губернатор Эндрю М. Куомо (Andrew M. Cuomo) сегодня призвал жителей Нью-Йорка, во избежание перебоев электроснабжения, снизить потребление электроэнергии на время текущего жаркого периода, в зону которого попала большая часть территории штата. Жаркий период, самый продолжительный и тяжелый за весь текущий летний сезон, стал причиной роста энергопотребления едва ли не до рекордного уровня.

«В эти жаркие дни вполне естественно желание ньюйоркцев оставаться в комфорте кондиционированных помещений», — сказал Губернатор Куомо (Cuomo), — «Интенсивное использование кондиционеров привело к тому, что потребление электроэнергии приблизилось к рекордному уровню, в связи с чем я призываю ньюйоркцев, по возможности, рационально подойти к вопросу потребления электроэнергии, чтобы снизить нагрузку на электросети и предупредить перебои энергоснабжения. Пока мы все ожидаем снижения температуры, ньюйоркцы должны принять все необходимые меры для того, чтобы обеспечить для себя приемлемый температурный уровень и не допустить ущерба для собственного здоровья».

Продолжительная жара прямым и непосредственным образом влияет на уровень потребления электроэнергии. По мнению экспертов устойчивая высокая температура воздуха станет причиной роста энергопотребления в штате Нью-Йорк до рекордного уровня.

Чтобы снизить потребление электроэнергии, Губернатор призвал ее пользователей к экономии. Отключение электричества чаще всего происходит в теплую погоду, когда система электроснабжения работает в пиковом режиме. Для избежания нагрузки на электрические сети и предотвращения отключения электричества экономьте энергию.

Чтобы обеспечить экономное потребление электроэнергии:

Устанавливайте термостат кондиционера на температуру не ниже 78 градусов F.
Пользуйтесь кондиционером, только когда находитесь дома.

Отключайте ненужные осветительные и прочие электроприборы — пользуйтесь приборами и устройствами, потребляющими много электричества, только рано утром и поздно вечером.

В целях поддержания состояния собственного здоровья на удовлетворительном уровне и в рамках защиты от воздействия жары ньюйоркцам рекомендуется принять во внимание следующие рекомендации:

По возможности, сведите к минимуму физические нагрузки и упражнения, особенно во время пиковых периодов жары, с 11.00 до 16.00
Занимайтесь физическими упражнениями рано утром, с 4 до 7 часов.
Ешьте меньше белка и больше фруктов и овощей. Белок производит и увеличивает метаболическое тепло, что может привести к потере воды. Ешьте небольшими порциями, но чаще. Не ешьте соленой пищи.
Пейте не менее 2–4 стаканов воды в час в жару, даже если не чувствуете жажды.
Избегайте напитков, содержащих алкоголь и кофеин.
По возможности избегайте солнца и старайтесь находиться в помещениях с кондиционером воздуха. Солнце нагревает внутренние части организма, что может привести к обезвоживанию. Если кондиционера нет, оставайтесь на нижнем этаже, вне солнечного света или направьтесь в здание с кондиционированием воздуха, например, в общественную библиотеку.
Если вам необходимо выйти на открытый воздух, нанесите на кожу солнцезащитный крем с высоким коэффициентом защиты от солнца (SPF) (не менее 15) и носите шляпу для защиты лица и головы. Когда находитесь на открытом воздухе, носите свободную, легкую и светлую одежду. Прикрывайте как можно большую часть кожи одеждой во избежание солнечных ожогов и перегрева организма из-за воздействия солнечных лучей.
Никогда не оставляйте детей, домашних животных и тех, кому нужен особый уход, в припаркованной машине и других транспортных средствах в периоды сильной жары летом. Температура в салоне автомобиля может быстро достичь 140 градусов F (60 C). Воздействие таких высоких температур может привести к гибели в течение нескольких минут.
Старайтесь наводить справки о своих соседях, особенно о пожилых людях, родителях маленьких детей и других людях с особыми потребностями.
Убедитесь, что у домашних животных есть достаточно воды и пищи и сводите к минимуму их физическую активность.

Кому следует быть особенно осторожным:

Особенно сильно от жары страдают пожилые люди и маленькие дети.
На жару также плохо реагируют люди с излишним весом и проблемами с алкоголем.
А также те, кто принимают некоторые виды лекарственных препаратов.

Опасности для здоровья, связанные с жарой:

Тепловой удар: также называется солнечным ударом; может представлять угрозу для жизни. Жара может привести к повышению температуры тела и вызвать повреждение мозга; если быстро не охладить организм, может наступить смерть. Симптомы включают в себя: горячую, красную и сухую кожу; изменения в сознании; быстрый, слабый пульс; поверхностное дыхание. Холодная ванна или обтирание губкой могут привести к облегчению и снизить температуру тела.

Тепловое истощение: менее опасно, чем тепловой удар; однако приводит к проблемам со здоровьем и происходит при интенсивных занятиях физкультурой и работе в жарких и влажных помещениях, в которых организм быстро теряет жидкость. Симптомы: прохладная, увлажненная, бледная или покрасневшая кожа; обильное потоотделение; головная боль; тошнота или рвота; головокружение и слабость. При появлении таких симптомов переместите пострадавшего в помещение и приложите холодный влажный компресс.

Солнечный ожог: снижает способность кожи к самоохлаждению. Симптомы включают покраснение и боль; в тяжелых случаях может происходить опухание кожи, появляться волдыри, лихорадка и головная боль. В отдельных (не тяжелых) случаях мази могут привести к облегчению боли. При серьезных солнечных ожогах необходимо обратиться к врачу.

Тепловые судороги: мышечные боли и спазмы, часто вызываемые тяжелыми нагрузками. Потеря воды и соли при потоотделении вызывает судороги. Симптомы: боль в животе и мышцах ног. Облегчению боли может способствовать устойчивое давление на сведенные судорогой мышцы и легкий массаж для облегчения спазмов.

Дополнительная информация приведена на странице с рекомендациями о мерах безопасности во время жары на веб-сайте Управления по чрезвычайным ситуациями штата (State OEM) по адресу http://www.dhses.ny.gov/oem/safety-info/publicsafety/heataware.cfm.

Информация о г. Нью-Йорке, в том числе о городских центрах охлаждения, приведена на веб-сайте: http://www.nyc.gov/html/oem/html/hazards/heat.shtml.

Чтобы получить самую свежую информацию о погоде в своем районе, подпишитесь на бесплатную службу оповещения NY Alert на веб-сайте: www.nyalert.gov.

###

Другие новости см. на веб-сайте www.governor.ny.gov
Штат Нью-Йорк | Executive Chamber | press.office@exec.ny.gov | 518.474.8418