



Для немедленной публикации: 03.08.2022

ГУБЕРНАТОР КЭТИ ХОКУЛ

**ГУБЕРНАТОР ХОКУЛ ПРИЗВАЛА ЖИТЕЛЕЙ ШТАТА НЬЮ-ЙОРК  
ПРИГОТОВИТЬСЯ К АНОМАЛЬНОЙ ЖАРЕ НАЧИНАЯ С ЧЕТВЕРГА**

*Предупреждения об аномальной жаре жары будут действовать до  
пятницы, а в четверг прогнозируются значения индекса жары в районе  
от 95 до 105 градусов (35–40 °C)*

*Губернатор Хокул призвала жителей штата Нью-Йорк посещать  
региональные центры защиты от жары, оставаться дома и навещать  
соседей со слабым здоровьем*

Сегодня губернатор Кэти Хокул призвала жителей Нью-Йорка подготовиться опасной жаре, которая ожидается на большей части штата в четверг. Высокая температура и влажность приведут к тому, что значения индекса жары достигнут или превысят 100 градусов (37 °C) в Столичном регионе (Capital Region), Среднем Гудзоне (Mid-Hudson), г. Нью-Йорке (New York City) и на Лонг-Айленде (Long Island), а в некоторых районах Фингер Лейкс (Finger Lakes), Центрального Нью-Йорка (Central New York), Долины р. Мохок (Mohawk Valley) и Южных регионов (Southern Tier) штата значения индекса достигнут 95 градусов (35 °C). Национальная метеорологическая служба выпустила предупреждения об аномальной жаре для многих из этих регионов, которые будут действовать до пятницы.

«Для многих жителей Нью-Йорка надвигается еще более опасная жара, и я призываю всех подготовиться к высокой влажности и температуре в конце этой недели, — **сказала губернатор Хокул**. «Моя администрация внимательно следит за прогнозом и на этой неделе будет оказывать поддержку всем населенным пунктам, нуждающимся в помощи, поскольку начиная с четверга индекс жары будет достигать и превышать отметку в 100 градусов (37 °C)».

**Начальник Управления по вопросам национальной безопасности и чрезвычайных ситуаций штата (Division of Homeland Security and Emergency Services, DHSES) Джеки Брей (Jackie Bray):** «Жителям Нью-Йорка необходимо уже сейчас подготовиться к экстремальной жаре, которая ожидается на большей части штата, начиная с четверга на этой неделе. Мы следим за погодными условиями и работаем с партнерами из местных органов власти, чтобы

обеспечить их всем необходимым во время жары на этой неделе. Поскольку мы снова столкнулись с опасными температурами, жителям Нью-Йорка следует заранее позаботиться о защите от перегрева: свести к минимуму напряженную деятельность на открытом воздухе, не забывать о достаточном потреблении воды, не оставлять домашних животных и маленьких детей на улице на длительное время и изучить, как распознать признаки заболеваний, связанных с жарой».

Мы просим всех ньюйоркцев следить за последней информацией относительно местного прогноза погоды. Полный список текущих погодных предупреждений, оповещений и рекомендаций, а также актуальные прогнозы погоды публикуются на [веб-сайте](#) Национальной метеорологической службы (National Weather Service).

Департамент здравоохранения штата Нью-Йорк (New York State Department of Health, DOH) также напоминает жителям штата, что в США жара является основной причиной смертей, вызванных погодными условиями. Вызванные жарой смертельные случаи и заболевание можно предотвратить, и однако ежегодно много людей страдают от последствий сильной жары. Некоторые люди имеют более высокие риски появления заболевания, вызванного жарой. Жители штата Нью-Йорк должны знать факторы риска и симптомы теплового удара, вызванного жарой, чтобы защитить себя и своих близких.

Симптомы теплового удара:

- Горячая, сухая и покрасневшая кожа;
- Учащенный пульс;
- Учащенное и неглубокое дыхание;
- Температура тела выше 105 °F (40,6 °C);
- Потеря концентрации, дезориентация и/или потеря сознания.

Вы также можете найти дополнительную информацию о том, как найти ближайший [центр защиты от жары](#) около, и другие полезные советы на случай сильной жары на [веб-странице](#) об экстремальных погодных условиях на сайте Департамента здравоохранения штата Нью-Йорк.

Летняя жара может привести к образованию озона на уровне земли, который является основным компонентом фотохимического смога. DEC и DOH объявляют предупреждения о качестве воздуха (Air Quality Health Advisories) тогда, когда метеорологи DEC прогнозируют повышение уровня загрязнения воздуха озоном или мелкими твердыми частицами выше 100 баллов по шкале Индекса качества воздуха (AQI). Информацию о прогнозе качества воздуха для штата Нью-Йорк можно найти [здесь](#).

Оповещение о засушливой погоде остается в силе для [21 округа Нью-Йорка](#). Оповещение о засушливой погоде действует в следующих округах: Аллегейни (Allegany), Каттарогас (Cattaraugus), Каюга (Cayuga), Шатокуа (Chautauqua), Шиманг (Chemung), Эри (Erie) Дженеси (Genesee), Ливингстон

(Livingston), Монро (Monroe), Нассау (Nassau) Ниагара (Niagara), Онондага (Onondaga), Онтарио (Ontario) Орлеанс (Orleans), Скайлер (Schuyler), Сенека (Seneca), Стюбен (Steuben), Саффолк (Suffolk), Томпкинс (Tompkins), Вайоминг (Wyoming) и Йейтс (Yates). Штат Нью-Йорк призывает жителей затронутых округов, особенно если они используют частные колодцы, питающиеся от грунтовых вод, по возможности экономить воду в ближайшие недели. Советы по водосбережению см. на специальном веб-сайте департамента DEC по адресу [dec.ny.gov/lands/5009.html](http://dec.ny.gov/lands/5009.html). Подробную информацию о засушливой погоде в штате Нью-Йорк см. на веб-сайте [dec.ny.gov/lands/5011.html](http://dec.ny.gov/lands/5011.html).

Департамент DEC выпустил следующие рекомендации по отдыху на природе в жаркую погоду, чтобы избежать теплового истощения или теплового удара, который может вызвать опасно высокая температура тела:

- Используйте солнцезащитный крем
- Замедлите свой темп
- Пейте воду и чаще отдыхайте
- Ищите тень и избегайте длительного пребывания под прямыми солнечными лучами
- Не ходите в походы в очень жаркую погоду

**Руководитель Департамента здравоохранения штата Нью-Йорк (New York State Department of Health) д-р Мэри Т. Бассетт (Dr. Mary T. Bassett):** «При экстремальных температурах, когда человеческий организм не может самостоятельно охладиться, возникают заболевания, связанные с жарой. Наиболее распространенные заболевания - тепловой удар, тепловое истощение и тепловые судороги. Распознавание признаков и симптомов заболеваний, связанных с жарой, особенно важно для пожилых людей и детей, и, как рекомендует губернатор Хокул, принятие базовых мер предосторожности защитит от возникновения проблем со здоровьем из-за опасного повышения температуры».

**Руководитель Департамента охраны окружающей среды штата Нью-Йорк (New York State Department of Environmental Conservation, NYSDEC) Бэзил Сеггос (Basil Seggos):** «Опасно высокие температуры вновь придут в населенные пункты по всему штату, и очень важно, чтобы жители Нью-Йорка соблюдали важные меры предосторожности, чтобы предотвратить появление или усугубление проблем со здоровьем. Губернатор и наша команда ведомств работают вместе, чтобы помочь тем, кто больше всего пострадал от экстремальной жары, повышая осведомленность населения о мерах, которые могут предпринять жители, а также о доступных ресурсах для обеспечения из безопасности».

**Глава Управления коммунального обслуживания штата Нью-Йорк (Department of Public Service) Рори М. Кристиан (Rory M. Christian):** «Важно, чтобы жители продолжали искать способы снизить потребление электроэнергии,

избегали перегрева и не забывали о достаточном потреблении воды. Приняв меры сейчас, мы сможем снизить потребление электроэнергии во время сильной жары, сохраняя здоровье и безопасность».

**Президент и генеральный директор Управления штата Нью-Йорк по вопросам научных исследований и разработок в области энергетики Дорин М. Харрис (Doreen M. Harris):** «Жители Нью-Йорка по всему штату, особенно те, кто живет в исторически малообеспеченных общинах, становятся все более уязвимыми к нагрузкам, вызванным более частыми случаями чрезмерно высоких температур в летние месяцы. С приближением температуры к 100 градусам и выше, Управление NYSERDA призывает жителей Нью-Йорка воспользоваться многочисленными советами по энергосбережению, которые помогут им повысить комфорт, обеспечить прохладу и эффективно расходовать электроэнергию во время экстремальной жары».

### **Готовность ведомств**

#### **Управление по вопросам национальной безопасности и чрезвычайных ситуаций (Division of Homeland Security and Emergency Services)**

Центр по координации действий в условиях чрезвычайных ситуаций штата (State Emergency Operations Center) Управления по вопросам национальной безопасности и чрезвычайных ситуаций штата Нью-Йорк (The New York State Division of Homeland Security and Emergency Services, DHSES) следит за прогнозом погоды, уделяя особое внимание индексу жары на этой неделе. Управление DHSES поддерживает связь с местными руководителями по чрезвычайным ситуациям по всему штату и будет координировать возможные меры реагирования ведомств штата для оказания помощи местным органам власти. В штате имеется все необходимое для развертывания ресурсов в пострадавших частях штата.

#### **Департамент коммунального обслуживания (Department of Public Service, DPS)**

Управление коммунального обслуживания штата Нью-Йорк (DPS) будет следить за состоянием систем электроснабжения и контролировать реагирование коммунальных компаний на ситуации, которые могут возникнуть в результате аномальной жары на этой неделе. В случае суровых погодных условий коммунальные компании штата Нью-Йорк готовы при необходимости задействовать около 5500 сотрудников для работ по оценке ущерба, ликвидации последствий, ремонту и восстановлению по всему штату Нью-Йорк. Персонал ведомств будет контролировать работу коммунальных компаний во время шторма и следить за тем, чтобы коммунальные компании направляли соответствующие ресурсы в наиболее пострадавшие регионы.

### **Советы в жару**

Ежегодно сильная жара становится главной причиной предотвратимых смертельных случаев, связанных с влиянием погодных условий, особенно среди

пожилых людей. По данным Центров по контролю и профилактике заболеваний (Centers for Disease Control and Prevention, CDC), ежегодно в США фиксируется более 600 смертей, вызванных жарой. Этих смертельных случаев можно было бы избежать. Чтобы помочь жителям штата Нью-Йорк находиться в безопасности в период сильной жары, соблюдайте следующие правила:

## **Подготовьтесь**

Важно принимать меры для предотвращения теплового истощения. В частности, необходимо изменить режим дня так, чтобы не находиться на улице в самое жаркое время дня, и по возможности изменить питание и потребление воды.

- Важно принять меры для предотвращения теплового истощения. В частности, необходимо изменить режим дня так, чтобы не находиться на улице в самое жаркое время дня, и по возможности изменить питание и потребление воды.
- Уменьшите физические нагрузки и упражнения когда солнце наиболее агрессивно.
- Физическими упражнениями нужно заниматься рано утром, до 07:00.
- Употребляйте меньше белка, ешьте больше овощей и фруктов. Белок усиливает метаболизм и способствует выделению тепла, что приводит к потере воды. Ешьте мало, но чаще. Не ешьте соленую пищу.
- В жару выпивайте не менее 2-4 стаканов воды в час, даже если не испытываете жажду. Избегайте напитков, содержащих алкоголь и кофеин.
- Если можно, держитесь подальше от солнца в помещении с кондиционированием воздуха. Солнце нагревает ваш организм, приводя к его обезвоживанию. Если у вас нет кондиционера, оставайтесь в жару на нижнем этаже, укрывшись от солнечных лучей, или идите в общественное место, где есть кондиционер.
- 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.
- Выходя на улицу, надевайте свободную одежду светлых тонов. Как можно больше закрывайте кожу одеждой во избежание солнечных ожогов и перегрева организма из-за воздействия солнца.
- Никогда не оставляйте детей, домашних животных или людей, которым требуется особый уход, в припаркованном автомобиле в периоды сильной летней жары. Температура воздуха внутри закрытой машины может быстро достигнуть 140 градусов по Фаренгейту (60°C). Воздействие столь высоких температур может привести к гибели в течение нескольких минут.
- В периоды сильной жары старайтесь проводить соседей, особенно если это пожилые люди, семьи с маленькими детьми или

люди с особыми потребностями. Позаботьтесь о том, чтобы вашим домашним животным хватало еды и питья.

- Продолжительное воздействие жары может быть вредным и потенциально смертельным. Звоните в службу 911, если у вас или у кого-то из ваших знакомых появились признаки или симптомы заболевания, вызванного перегревом, — головные боли, головокружение, мышечные судороги, тошнота и рвота.

## **Экономьте электроэнергию**

Принятие разумных мер по сокращению энергопотребления, особенно в периоды пикового спроса, не только помогает снизить пиковую нагрузку на систему электроснабжения штата, но и экономит деньги потребителей, когда электричество значительно дорожает. Для снижения энергопотребления, особенно в пиковые периоды, населению рекомендуется принимать некоторые из следующих мер по экономии энергии, требующие низких или нулевых затрат:

- Закрывайте шторы, окна и двери на солнечной стороне квартиры или дома, чтобы уменьшить интенсивность нагрева от солнечного тепла.
- Выходя из дома, выключайте кондиционеры, свет и другие приборы; при помощи таймера включайте кондиционер примерно за полчаса до прибытия домой. Используйте современные удлинительные устройства, позволяющие централизованно выключать все приборы и экономить электроэнергию.
- Вентиляторы могут снижать температуру в помещении на 10 градусов, используя при этом на 80 % меньше электроэнергии, чем кондиционеры.
- Покупая кондиционер, выбирайте модель стандарта ENERGY STAR. Такая модель потребляет на 25 % меньше энергии, чем стандартная модель.
- Устанавливайте на кондиционере температуру 78 °F (25,5 °C) или выше, чтобы сократить затраты на охлаждение.
- Устанавливайте кондиционер в центральном, а не в угловом окне, чтобы обеспечить лучшую циркуляцию воздуха.
- Устанавливайте блок кондиционера на северной, восточной или наиболее затененной стороне дома или квартиры. Когда кондиционер находится под воздействием прямых солнечных лучей, он работает более интенсивно и потребляет больше электроэнергии.
- Заделывайте щели вокруг кондиционера герметиком, чтобы холодный воздух не выходил наружу.
- Очищайте вентиляторы охладителя и конденсатора, а также катушки, чтобы кондиционер работал эффективно, а также ежемесячно проверяйте фильтр, заменяя его по мере необходимости.

- Пользуйтесь бытовой техникой (стиральной машиной, электросушилкой, посудомоечной машиной и духовкой) рано утром или поздно вечером. Это также поможет снизить температуру и уровень влажности в вашем жилище.
- Используйте вместо обычных ламп накаливания экономичные электролампы, соответствующие стандарту ENERGY STAR, чтобы экономить 75% электроэнергии.
- По возможности разогревайте и готовьте пищу в микроволновой печи. Микроволновые печи используют электроэнергию на 50% меньше, чем обычные духовки.
- Сушите одежду на веревке. Если вы используете сушильную машину для белья, не забывайте чистить ворсовой фильтр перед каждой загрузкой.
- Подумайте, как рациональнее использовать воду в вашем доме или квартире. Вместо того чтобы использовать 30–40 галлонов (113–151 литров) воды для принятия ванны, пользуйтесь душем с невысоким напором, который расходует менее 3 галлонов (11 литров) воды в минуту.
- Снижение настройки температуры на стиральной машине и полоскание в холодной воде также позволяют снизить потребление электроэнергии.
- Другие советы по экономии электроэнергии можно найти на сайте NYSERDA [здесь](#).

### **Советы по безопасности для всех водоемов**

- **Присматривайте за детьми** Это основной способ предотвратить утопление. Никогда не оставляйте ребенка без присмотра в воде или вблизи воды и всегда определяйтесь, кто будет **наблюдать за водой**. Этот человек не должен читать, писать смс, пользоваться смартфоном, пить алкогольные напитки или отвлекаться на что-то другое.
- **Выбирайте яркие цвета.** Исследования показывают, что цвет купального костюма может влиять на заметность. Прежде чем отправиться в бассейн, на пляж или озеро, подумайте о цвете купального костюма вашего ребенка. В бассейнах со светлым дном наиболее заметны неоновый-розовый и неоновый-оранжевый цвета. В озерах и бассейнах с темным дном наиболее заметны неоновый оранжевый, неоновый зеленый и неоновый желтый цвета.
- **Научитесь выявлять пловцов, нуждающихся в помощи.** Хотя мы склонны думать, что пловцы, попавшие в беду, будут размахивать руками и шуметь, это не всегда так. Следите за людьми, чьи головы опущены в воду (рот погружен в воду) или откинута назад с открытым ртом, глаза закрыты или не могут сосредоточиться, ноги вертикально стоят в воде, а также за теми, кто пытается плыть, но не справляется.

- **Посещайте уроки плавания** Многочисленные исследования показывают, что уроки плавания позволяют избежать утопления. Научитесь плавать и научите плавать своего ребенка.
- **Пройдите курсы сердечно-легочной реанимации** В чрезвычайной ситуации важна каждая секунда, и сердечно-легочная реанимация может помочь.

### **Советы по безопасности во время нахождения на открытой воде**

- **Надевайте спасательные жилеты.** Надевайте спасательные жилеты на детей всегда, когда они находятся на лодке или заняты другими видами отдыха на открытой воде. Для детей, которые не умеют плавать, всегда необходимо использовать индивидуальные спасательные средства. В соответствии с законами штата Нью-Йорк, дети младше 12 лет обязаны постоянно носить одобренный береговой охраной спасательный жилет во время нахождения в лодке или на судне. Для получения дополнительной информации о том, как правильно пользоваться спасательными жилетами, посетите [веб-сайт Береговой охраны США](#).
- **Выбирайте место на пляже ближе к спасателю** и купайтесь только тогда, когда спасатель на посту.
- **Следите за предупреждающими флажками** и изучите, что они означают. Зеленые флажки обычно обозначают специально отведенные места для купания - обязательно плавайте между зелеными флажками. Желтые флажки могут обозначать пляж для серфинга или предупреждение. Красные флажки означают опасность или угрозу, и при их появлении плавать запрещается. Обозначения флагов могут отличаться, поэтому прежде чем погрузиться в воду, убедитесь, что вам понятна цветовая маркировка.
- **Остерегайтесь сильных обратных течений.** Обратные течения - это мощные течения, удаляющиеся от берега. Как правило, они образуются вблизи небольших мелководных участков, таких как песчаная отмель, или рядом с причалами и пирсами, и могут возникнуть на любом пляже с прибойными волнами, в том числе и на Великих озерах! Они представляют собой главную угрозу для посетителей пляжей и могут утащить в море даже самых сильных пловцов. Если вы попали в обратное течение, постарайтесь сохранять спокойствие и не бороться с ним. Плывайте параллельно берегу, пока не выйдете из течения, а если начнете уставать держитесь на поверхности воды. Для получения более подробной информации см. видео Национальной метеослужбы [Как преодолеть обратную волну!](#)
- **Остерегайтесь больших волн и сильного прибоя.** Плавание в океане отличается от плавания в спокойном бассейне или озере. Большие волны могут легко опрокинуть взрослого человека. Будьте



готовы к сильному прибою, а также к внезапным подводным ямам у берега.

### **Советы по безопасности в бассейне**

- **Установите барьеры.** Установите вокруг домашних бассейнов и спа защитные барьеры. К ним относятся заборы, ворота, дверные сигнализации и укрытия.
- **Сигнализация для бассейна.** Установите в бассейне сигнализацию для обнаружения и оповещения о доступе в бассейн без присмотра.
- **Небольшие бассейны.** Сливайте воду и убирайте небольшие переносные бассейны, когда они не используются.
- **Закрывайте сливы бассейна;** Не подпускайте детей к сливам бассейна, трубам и другим отверстиям, чтобы они не застряли. Волосы, конечности, украшения или купальные костюмы детей могут случайно застрять в сливном или всасывающем отверстии. Кроме того, убедитесь, что все используемые вами бассейны и спа имеют крышки сливных отверстий, соответствующие федеральным стандартам безопасности, предусматривающим форму слива, размер крышки слива и скорость потока воды. Дополнительную информацию см. [здесь](#).

### **Советы по обеспечению безопасности при разведении костра**

В связи с засушливыми погодными условиями следует соблюдать особую осторожность при разведении костра или использовании грилей. В походе любые костры должны разводиться в специально отведенных местах и всегда под присмотром взрослых. Никогда не оставляйте огонь без присмотра. Даже небольшой ветерок может привести к тому, что пламя или уголь попадет в сухую траву или подлесок и быстро распространится. Если нет возможности должным образом следить за костром или грилем, убедитесь, что они полностью потушены.

В прошлом месяце [губернатор Кэти Хокул объявила](#) о мерах, которые ведомства и корпорации штата будут принимать для устранения воздействия экстремальной жары на неблагоприятные сообщества и других жителей штата, чувствительных к последствиям повышения температур, вызванного изменением климата. Представленные временные рекомендации являются первой частью более комплексного Плана действий на периоды экстремальной жары (Extreme Heat Action Plan). Этот план будет включать осуществляемые штатом действия, направленные на устранение структурных факторов экстремальной жары и ее непропорционального воздействия на самые незащищенные сообщества штата Нью-Йорк. Дополнительную информацию о последствиях экстремальной жары см. на веб-сайте [dec.ny.gov/energy/125801.html](https://dec.ny.gov/energy/125801.html).

###

Другие новости см. на веб-сайте [www.governor.ny.gov](http://www.governor.ny.gov)  
Штат Нью-Йорк | Executive Chamber | [press.office@exec.ny.gov](mailto:press.office@exec.ny.gov) | 518.474.8418