

ГЛАВНОЕ ИНТЕНДАНТСКОЕ УПРАВЛЕНИЕ КРАСНОЙ АРМИИ  
ТЕХНИЧЕСКИЙ КОМИТЕТ

|| 13-330<sub>10</sub>/10  
1-2



# БОЕЦ, БЕРЕГИ НОГИ ОТ МОРОЗА!

*Третье издание*



ОТДЕЛЕНИЕ ВОЕНИЗДАТА ПКО СССР  
ПРИ ЛЕНИНГРАДСКОМ ФРОНТЕ  
ЛЕНИНГРАД—1942

## БОЕЦ, БЕРЕГИ НОГИ ОТ МОРОЗА!

Помни, что отмораживает ноги чаще всего тот, кто плохо ухаживает за ними, за портнянками и обувью. От холода хорошо предохраняет только сухая, смазанная жировой смазкой обувь с сухими портнянками. При первой же возможности вымой ноги, просуши и смажь обувь, перемени портнянки. Осторожно суши обувь у костра. Пламя костра и слишком горячий воздух разрушают кожу; кожа под их действием трескается, и обувь выходит из строя — она совершенно перестает защищать ноги от холода и влаги.

Ты должен иметь тщательно пригнанную обувь, которая не жала бы ногу и не была излишне просторной. Портнянка должна плотно обхватывать ногу и не иметь складок, особенно на пальцах, пятке и подъеме стопы. Никаких перевязок для укрепления портнянки на ноге делать нельзя.

В кожаной обуви, а особенно в обуви с резиновой подошвой, надо иметь вкладные стельки (из войлока или из другого материала). При сушке обуви стельки вынимай и просушивай отдельно, предварительно расправив их.

В холодную погоду обвертывай ноги поверх летней портнянки мягкой бумагой, а затем сверху второй портнянкой. Если есть шерстяные чулки, надень их поверх летней портнянки, после чего обверни ноги второй портнянкой.

Если предстоит долго быть на морозе без движения, то обверни ботинки (сапоги) соломой, сеном или бумагой. При резких изменениях погоды (мороз — оттепель) надень суконные или хлопчатобумажные чехлы-наносочки из утиля или в крайнем случае обмотай носки обуви тряпками так, чтобы влага не просачивалась быстро в кожу и швы обуви.

Ни в коем случае не затягивай туго шнурки ботинок и тесьмы обмоток. Не забывай также и о том, что крепления лыж не должны сдавливать ноги.

При передвижении на автомашине положи на пол кузова сено или солому. Во время

остановок обязательно выходи из машины и совершай короткие пробежки.

Никогда не допускай отморожения. Как только почувствуешь замерзание пальцев ноги, немедленно разогрей их энергичным бегом или разуй ногу и обнаруженное отмороженное место (заметно побелела кожа) растирай перчатками или рукавом шинели так, чтобы кожа покраснела и стала чувствительна к боли.

Бойцы конницы и конной артиллерии! Для предохранения ног от отморожения обматывайте стремена суконной кромкой или другой тканью либо соломой.

1943

Д. АКТ 10/22

Лл. 2486

754/22

Под наблюдением редактора Е. В. Климиной.

Г23930 Подписано к печати 26.XI 1942 г. Цена 2 коп. Зак. 1655.  
Съем  $\frac{1}{8}$  п. л., 0,08 уч.-авт. л. В 1 печ. л. 34560 тип. л.

2-я тип. Воениздата НКО СССР им. К. Ворошилова.