



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

DONMALAR

Bir donma olayı karşısında donan yerin hafiften ısıtılması alınacak ilk tedbirdir. Karla ovma ya da birden ısıtmak iyi değildir. Donan yer temiz bir sargıyla örtülüp kat kat ynle sarılmalıdır. En iyi yol donan kısmı önce 20 derece sıcaklıkta bulundurmak, sonra yavaş yavaş sıcaklığı arttırmaktır. Donmuř yerler, yara gibi tedavi edilmeli ve vakit geçirmeden hekime göstermelidir.