

ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПРИ ПЕРЕОХЛАЖДЕНИИ И ОБМОРОЖЕНИИ

ЧТО ПРИВОДИТ К ПЕРЕОХЛАЖДЕНИЮ И ОБМОРОЖЕНИЮ?

- * Мокрая одежда и тесная обувь;
- * Заболевания сосудов ног, приводящие к недостаточному кровообращению;
- * Повышенная потливость ног;
- * Курение на морозе – способствует сужению кровеносных сосудов, тем самым, снижению кровоснабжения конечностей;
- * Употребление спиртного, которое уменьшает ощущение холода и не дает прочувствовать, насколько вы замерзли.



СИМПТОМЫ ПЕРЕОХЛАЖДЕНИЯ

- Легкое переохлаждение:*
- * появляется гусиная кожа;
- * t тела падает до 34-32 градусов;
- * бледность кожного покрова;
- * озноб;
- * дрожание нижней челюсти.
- Среднее переохлаждение:*
- * сонливость;
- * полубморочное состояние;
- * t тела опускается до 32-29 градусов;
- * кожа бледная или синеватая, с мраморным отливом;
- * замедляется пульс, дыхание редкое.
- Тяжелое переохлаждение:*
- * t тела падает ниже 30 градусов;
- * больной без сознания, наблюдаются судороги, возможна рвота;
- * при тяжелом переохлаждении возможно оледенение конечностей.

ОСНОВНЫЕ ПРИЗНАКИ ОБМОРОЖЕНИЯ

- * Потеря чувствительности пораженных участков;
- * Ощущение покалывания или пощипывания;
- * Появление волдырей;
- * Потемнение обмороженных участков кожи.

ЧТО ДЕЛАТЬ ПРИ ПЕРЕОХЛАЖДЕНИИ И ОБМОРОЖЕНИИ?

- * Как можно скорее доставить пострадавшего в теплое помещение;
- * Дать обильное горячее питье;
- * При необходимости сменить одежду на сухую;
- * Обмороженные участки тела укутать в несколько слоев одеяла;
- * Вызвать скорую медицинскую помощь или доставить пострадавшего в лечебное учреждение самостоятельно.