

Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе

Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге.

Солнечный удар-
это состояние,
возникающее из-за сильного
перегрева головы прямыми солнечными лучами,
под воздействием которых
мозговые кровеносные сосуды
расширяются и происходит прилив
крови к голове

Первые признаки солнечного удара

1. покраснение лица
2. повышение температуры тела
3. усиление потоотделения
4. сильные головные боли, слабость
5. учащение пульса и дыхания
6. появляется тошнота, рвота
7. головокружение
8. потемнение в глазах
9. шум в ушах
10. Нередко ожоги I или II степени

Помощь при солнечном

ударе. Пострадавшего следует немедленно уложить с приподнятой головой (повернуть ее набок) в тенистом месте или прохладном помещении.

2. С пострадавшего нужно снять одежду, ослабить ремни, уложить и обернуть во влажные простыни или полотенца.

3. На голову пострадавшего положить емкость со льдом или с холодной водой, или холодный компресс.

4. При перегревании важно в первую очередь охладить голову, так как в этом случае особенно страдает центральная нервная система.

5. Нельзя пострадавшего погружать в холодную воду, так как возможна остановка сердца.

6. Охлаждение следует проводить постепенно, избегая большой разницы температур.

7. Давать пострадавшему обильное холодное питье (вода, чай, кофе, сок), обмахивать пострадавшего.

8. При наличии ожогов пузыри не вскрывать, наложить сухую стерильную повязку и обратиться в лечебное учреждение.

Помощь при солнечном ударе.

Чтобы избежать солнечного удара, необходимо в жаркие солнечные дни держать голову покрытой, находиться в месте, закрытом от воздействия прямых солнечных лучей, понемногу пить воду и чаще полоскать рот водой. Если предстоит длительный переход в знойный день, лучше переход начать утром рано, а в самое жаркое время дня остановиться на отдых в прохладном месте.

Тепловой

удар -

это болезненное состояние, вызванное перегревом тела.

Тепловой удар наступает, когда тепло, образующееся в теле (например, во время движения по маршруту), не передается во внешнюю среду и в организме нарушается теплообмен.

Тепловой удар случается не только в жаркую погоду, но и при интенсивной физической нагрузке, когда отдача тепла тела человека во внешнюю среду затруднена из-за непроницаемой, плотной одежды.



Первые признаки теплового удара

1. затруднение дыхания,
2. возникает слабость, вялость, усталость
3. головная боль, сонливость
4. головокружение
5. ухудшение слуха
6. покраснение лица
7. повышение температуры тела
8. нарушается работа сердца
9. пульс учащается
10. появляется сильная жажда
11. нередко рвота
12. человек может терять сознание

Помощь при тепловом ударе.

1. перенести пострадавшего в прохладное место, в тень;
2. уложить на спину, приподнять голову и повернуть ее набок, чтобы рвотные массы не попали в дыхательные пути;
3. расстегнуть одежду или снять ее, ослабить напряжение пояса;
4. тело обтереть полотенцем, смоченным холодной водой (в тяжелых случаях облить холодной водой)

Помощь при тепловом

5. **ударе.** приложите к затылочной части головы холодный компресс, обмахивать пострадавшего.

6. если человек в сознании, ему надо давать обильное питье (холодный чай или слегка подсоленную воду).

7. если пострадавший потерял сознание, ему надо осторожно дать понюхать нашатырный спирт, для чего смоченную в нем ватку несколько раз на 1 с следует поднести к носу пострадавшего.

8. при обмороке приподнять ноги

Что нельзя делать при солнечном и тепловом ударе.

Пытаться напоить пострадавшего в
бессознательном состоянии

Погружать пострадавшего в холодную ванну
(большая нагрузка на сердце)



**Отличительный признак солнечного удара от
теплого**

— это на теле человека появляется ожог.

Вопросы для повторения.

- Что является причиной солнечного и теплового удара?
- Что нельзя делать при солнечном ударе?
- Что является причиной обморожения и переохлаждения?
- Какие признаки характерны тепловому и солнечному удару?
- Какие признаки характерны обморожению и переохлаждению?
- В какой последовательности следует оказывать первую медицинскую помощь при тепловом и солнечном ударе?
- В какой последовательности оказывается первая медицинская помощь при отморожениях?
- В какой последовательности оказывается первая медицинская помощь при термическом ожоге?

