

«Обморожение. Первая ПОМОЩЬ»

Подготовила:
Студентка группы 2ОП
Сергиенко Софья

Обморожение— это повреждение тканей организма под воздействием холода, нередко сопровождающееся общим переохлаждением организма.



Обморожение особенно часто затрагивает такие части тела, как ушные раковины, нос, недостаточно защищённые конечности, прежде всего пальцы рук и ног. Чаще всего обморожения возникают в холодное зимнее время при температуре окружающей среды ниже минус 10-20 °С. Однако его можно получить при длительном пребывании вне помещения при температуре воздуха выше нуля, при высокой влажности и сильном ветре.

Кроме того, обморожению способствуют тесная и влажная одежда и обувь, физическое переутомление, голод, длительное неподвижное и неудобное положение, холодовая травма, ослабление организма после болезни, потливость ног, хронические заболевания сосудов нижних конечностей и сердечно-сосудистой системы, тяжёлые механические повреждения с кровопотерей, курение и пр.



Степени обморожения

- I степень
- II степень
- III степень
- IV степень

ПРИЗНАКИ ОБМОРОЖЕНИЯ

I степень



кожа белеет, затем краснеет и припухает, появляются покалывание и боль;

II степень



образуются волдыри с кровяным содержимым, возникает сильная боль;

III степень



происходит омертвление кожи и подкожных тканей;

IV степень



развивается омертвление глубоко расположенных тканей и костей.

Обморожение I степени (лёгкое) обычно наступает при непродолжительном воздействии холода. Поражённый участок кожи бледный, после согревания покрасневший, в некоторых случаях имеет багрово-красный оттенок; развивается отёк. Первые признаки такого обморожения – чувство жжения, покалывания с последующим онемением поражённого участка. Затем появляются кожный зуд и боли, которые могут быть и незначительными, и резко выраженными. Омертвения кожи не возникает. К концу недели после обморожения иногда наблюдается незначительное шелушение кожи. Полное выздоровление наступает к 5 — 7 дню после обморожения.

Обморожение II степени возникает при более продолжительном воздействии холода. В начальном периоде имеется побледнение, похолодание, утрата чувствительности.

Характерный признак – образование в первые дни после травмы пузырей, наполненных прозрачным содержимым. После согревания боли интенсивнее и продолжительнее, чем при обморожении I степени, беспокоят кожный зуд, жжение. Полное восстановление целостности кожного покрова происходит в течение 1 – 2 недель, грануляции и рубцы не образуются.

При обморожении III степени продолжительность периода холодого воздействия и снижения температуры в тканях увеличивается.

Образующиеся в начальном периоде пузыри наполнены кровянистым содержимым, дно их синеватое, нечувствительное.

Происходит гибель всех элементов кожи с развитием в исходе обморожения грануляций и рубцов. Сошедшие ногти вновь не отрастают или вырастают деформированными. Отторжение отмерших тканей заканчивается на 2 — 3-й неделе, после чего наступает рубцевание, которое продолжается до 1 месяца

Обморожение IV степени возникает при длительном воздействии холода, снижение температуры в тканях при нём наибольшее. Оно нередко сочетается с обморожением III и даже II степени. Омертвевают все слои мягких тканей, нередко поражаются кости и суставы. Повреждённый участок конечности резко синюшный, иногда с мраморной расцветкой. Отёк развивается сразу после согревания и быстро увеличивается. Температура кожи значительно ниже, чем на окружающих участках обморожения тканей. Пузыри развиваются в менее обмороженных участках, где имеется обморожение III – II степени. Отсутствие пузырей при развившемся значительно отёке, утрата чувствительности свидетельствуют об обморожении IV степени.

В условиях длительного пребывания при низкой температуре воздуха возможны не только местные поражения, но и **общее охлаждение организма**, которое, в свою очередь, может привести к потере сознания. Под общим охлаждением организма следует понимать состояние, возникающее при понижении температуры тела ниже 34°C .

Наступлению общего охлаждения способствуют те же факторы, что и при обморожении:

высокая влажность воздуха, отсыревшая одежда, сильный ветер, физическое переутомление, психическая травма, перенесённые заболевания и травмы.



Симптомы общего охлаждения:

Легкой степени: кожные покровы бледные или умеренно синюшные, появляются «гусиная кожа», озноб, затруднения речи. Пульс сокращается до 60-66 в минуту.

Средней степени: характерны резкая сонливость, угнетение сознания, бессмысленный взгляд. Кожные покровы бледные, синюшные, иногда с мраморной окраской, холодные на ощупь. Пульс — до 50-60 в минуту, слабого наполнения. Дыхание редкое — до 8-12 в минуту, поверхностное.

Тяжелой степени: Сознание отсутствует, наблюдаются судороги, рвота. Кожные покровы бледные, синюшные, холодные на ощупь. Пульс сокращен до 36 в минуту, слабого наполнения. Дыхание редкое, поверхностное — до 3-4 в минуту. Наблюдаются тяжёлые и распространённые обморожения вплоть до оледенения



Первая помощь

Что делать при обморожении



При потере сознания, отвердении кожи, волдырях, отеках немедленно вызвать «скорую помощь»



На пораженные участки кожи наложить сухую марлевую повязку



Если обморожена конечность, пострадавший должен двигать ею для восстановления кровообращения



Дайте человеку теплое питье (бульон, какао, чай)



Восстанавливаться в теплой (но не горячей) ванне около 20 минут

Нельзя



Интенсивно растирать обмороженные участки



Использовать горячую воду



Применять масляные средства и жирные кремы



Давать пострадавшему алкоголь

Первым делом нужно разместить пострадавшего в тепло, снять с него заледеневшую, влажную одежду и вызвать скорую. До ее приезда пострадавшего необходимо согреть. Оптимальный, (правда не всегда приемлемый) способ согреть человека — своим телом. А лучше — двумя (сверху и снизу).

При обморожении I степени охлаждённые участки следует согреть до покраснения тёплыми руками, лёгким массажем, растираниями шерстяной тканью, дыханием, а затем наложить ватно-марлевую повязку.

При сильном переохлаждении согреть пострадавшего лучше всего в теплой ванне (около 38 градусов, воду можно проверить локтем, как при купании ребенка), но не погружать пострадавшего целиком, а начать с обмороженных мест, согревая в воде минут 20-30). Ни в коем случае нельзя согревать в горячей ванной, так как это может навредить еще больше!

На поражённую поверхность можно наложить теплоизолирующую повязку: слой марли, толстый слой ваты, вновь слой марли, а сверху клеёнку или прорезиненную ткань.

Поражённые конечности фиксируют с помощью подручных средств: дощечка, кусок фанеры, плотный картон, накладывая и прибинтовывая их поверх повязки. Также пострадавшему не повредит теплое питье, горячая жидкая пища (бульон, какао, чай), можно

Оказание первой медицинской помощи при обморожении

• Что приводит к обморожению и переохлаждению организма?



Тесная обувь



Мокрая одежда



Невысушенные волосы



Голод



Физическая усталость



Заболевания сосудов ног, приводящие к недостаточному кровообращению



Курение на морозе – это способствует сужению кровеносных сосудов и снижается кровообращение конечностей

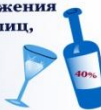


Повышенная потливость ног



Употребление спиртного, которое снижает ощущение холода и не дает почувствовать, насколько вы замерзли

По статистике более **90%** случаев обморожения приходится на лиц, находящихся в **тяжелом алкогольном опьянении**



• Основные признаки обморожения



Потеря чувствительности поражённых участков



Ощущение покалывания или пощипывания



Покраснение кожи, отечность, покалывание, зуд, понижение чувствительности (I-я степень обморожения)



Волдыри и сильная боль (II-я степень обморожения)



Потемнение и отмирание обмороженных участков кожи (III-я степень обморожения)



Смертвенные язвы, гангрена (IV-я степень обморожения)

• Симптомы переохлаждения



Легкое переохлаждение

Появляется «гусиная кожа». Температура тела падает до 34-32 градусов, кожа бледнеет, появляется озноб, дрожание нижней челюсти, затрывается речь. Пульс замедляется, артериальное давление может быть немного повышено (сигнализирует о возможном обморожении I-II степени)



Среднее переохлаждение

Основной признак – сонливость. Температура опускается до 32-29 градусов. Полуобморочное состояние, кожа бледная или синеватая иногда с мраморным отливом. Пульс замедляется до 50-60 ударов в минуту, дыхание редкое – до 8-12 в минуту. Наступает обморожение лица и конечностей I степени и возможное обморожение II-IV степени



Тяжелое переохлаждение

Температура тела падает ниже 31 градуса, больной без сознания, наблюдаются судороги, возможна рвота. Пульс замедлен до 40-55 ударов в минуту, наполнение слабое, артериальное давление снижено. Тяжелое переохлаждение – гарантированное свидетельство обморожения II-IV степени, а возможно даже оледенения конечностей

• Что нужно делать в случае обморожения и переохлаждения?

Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) «скорую помощь», обеспечь доставку пострадавшего в лечебное учреждение

• Как можно быстрее доставь пострадавшего в теплое место

• Дай обильное горячее и сладкое питье. Накорми горячей пищей

• При необходимости пересоди в сухую одежду

• Укутай в одеяло

• Укутай обмороженные участки тела в несколько слоев

• Чего делать нельзя:

• Употребление спиртного, которое на самом деле он не согревает, а лишь дает ощущение тепла

• Растирать обмороженные участки снегом, маслом и вазелином. Кровообращение должно восстановиться без агрессивного внешнего воздействия, чтобы организм смог постепенно отогреться «изнутри»

• Быстро отогревать обмороженные конечности у костра или в горячей воде. Это может способствовать тромбообразованию в сосудах, углубляя процессы разрушения поражённых тканей

При оказании первой помощи помните, что ни в коем случае нельзя:

- Растирать поврежденные участки снегом. Это не только усугубит обморожение, но и может привести к повреждению тканей и занесению инфекции.
- Согреваться сухим теплом, таким как открытый огонь или горячая пека или батарея отопления, так как при таком согревании велик риск необратимых повреждений.
- Давать большое количество алкоголя или кофе, так как при таком «ударе» по кровеносным сосудам они могут не выдержать.
- Вскрывать волдыри на обмороженных участках.



Профилактика

ПРОФИЛАКТИКА ОБМОРОЖЕНИЙ



В морозную погоду на улице следует выходить в свободной многослойной одежде. Например, надевать пальто и под него два свитера либо куртку, две пары носков - воздух сохранит тепло именно между слоями одежды

Обувь всегда должна быть свободной и сухой



Плывите от ветра - влажность обморожениям на ветру значительно выше

Не следует надевать украшения из металла, так как металлическими изделиями свойственно охлаждаться намного быстрее, нежели человеческому телу



В морозную погоду стоит отказаться от курения - табак способствует уменьшению кровообращения в области конечностей



Откажитесь от косметики. Нельзя использовать крема для смазывания лица перед выходом на улицу, особенно увлажняющие. Такие косметические средства только усиливают риск обморожения



Гулять на морозе нельзя на голодный желудок, так как вполне возможно, что вашему организму понадобится достаточно большое количество энергии, дабы побороть холод

Не употребляйте спиртные напитки - чрезмерное их употребление провоцирует потерю большого количества тепла, а также приводит к переохлаждению



Как только почувствуете, что ваши руки либо ноги начали мерзнуть, тут же начните их разминать, зайдите в любое теплое место - магазин, кафе, подъезд - для согревания и осмотра потенциально уязвимых для обморожения мест



Отпуская ребенка гулять в мороз на улице, помните, что ему желательно каждые 15-20 минут возвращаться в тепло и согреваться

Не пейте спиртного – алкогольное опьянение (впрочем, как и любое другое) на самом деле вызывает большую потерю тепла, в то же время вызывая иллюзию согревания. Дополнительным фактором является невозможность сконцентрировать внимание на признаках обморожения.

Не курите на морозе – курение уменьшает периферийную циркуляцию крови, и таким образом делает конечности более уязвимыми.

Носите свободную одежду. Одевайте несколько слоев, чтобы воздух, находящийся между ними, помогал удерживать тепло. Не выходите на улицу без варежек, шапки, шарфа.

Следите за обувью. Тесная обувь, отсутствие стельки, сырые грязные носки часто служат основной причиной обморожения. В сапоги нужно положить теплые стельки, а вместо хлопчатобумажных носков надеть шерстяные.

Не носите металлических украшений (в том числе золотых, серебряных) на морозе – колец, серёжек и т.д. Металл остывает гораздо быстрее тела, вследствие чего возможны болевые ощущения и холодовые травмы. Кроме того, кольца на пальцах затрудняют нормальную циркуляцию крови.

Не мочите кожу – вода проводит тепло значительно лучше воздуха. Не выходите на мороз с влажными волосами после душа.

Прячьтесь от ветра – вероятность обморожения на ветру значительно выше.

Отправляясь на прогулку в мороз иногда достаточно плотно поесть. Так же может оказаться полезным взять с собой сменный комплект рукавиц, носков и термос с горячим чаем.

Помните, если вы вдруг на холоде почувствовали признаки переохлаждения или обморожения, нужно немедленно зайти в ближайшее теплое помещение, чтобы согреться и осмотреть потенциально уязвимые для обморожения места. Старайтесь не охлаждать повторно поврежденные места, так как это может привести к еще большим повреждениям.

Обнаружив, после возвращения с улицы, поврежденный участок, немедленно обратитесь к врачу.

Спасибо за внимание!

