

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



Проверка домашнего задания

Вид травмы	Признаки травмы
Ссадина	Головка кости вышла за пределы своего нормального положения, отек, изменение длины конечности
Потертость	Травма сопровождается точечным кровотечением
Ушиб	Повреждение верхнего слоя кожи
Вывих	Боль при малейшем движении в суставе или мышце, припухлость
Растяжение и разрыв связок	Кровоизлияние в глуболежащие ткани, образование синяка

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.



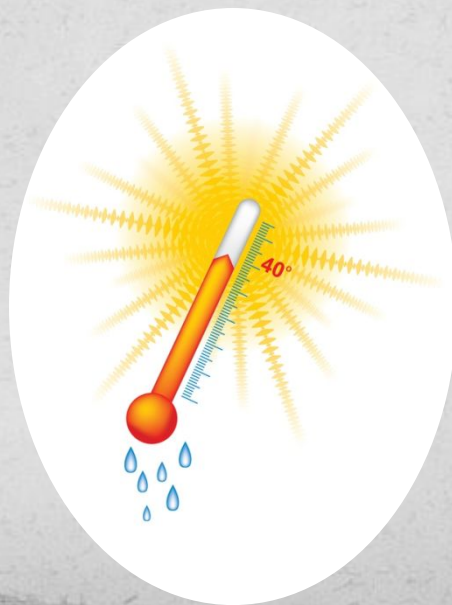
Первые симптомы солнечного удара - покраснение лица и сильные головные боли. Затем появляется тошнота, головокружение, потемнение в глазах и рвота.



Причины

Возникновению солнечного удара способствует душная безветренная погода, длительное воздействие солнечных лучей на затылочно-теменную часть головы.

Во время похода необходимо в качестве профилактики покрывать голову легкой шапочкой, не совершать в жаркое время дня длительных переходов, не спать на солнце, обливать голову холодной водой.





Тепловой удар - это болезненное состояние, вызванное перегревом тела.

Причины



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.

Симптомы теплового удара:

вялость,
усталость,
головная боль,
головокружение,
покраснение
лица,
повышение
Температуры
тела,
сонливость,
ухудшение слуха,
нередко рвота.





Первая помощь

- перенести пострадавшего в прохладное место, в тень; уложить на спину, приподнять голову и повернуть ее набок. (Если у пострадавшего откроется рвота, рвотные массы не должны попасть в дыхательные пути)
- расстегнуть одежду или снять ее, ослабить напряжение пояса;
- тело обтереть полотенцем, смоченным холодной водой; в тяжелых случаях облить холодной водой, приложить к затылочной части головы холодный компресс, обмахивать пострадавшего.



Первая помощь



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

Отморожение

Во время длительного пребывания на холоде может возникнуть отморожение.

Отморожение - это поражение тканей тела человека, возникающее в результате воздействия низкой температуры. Наиболее часто отмораживают пальцы ног и рук, уши, щеки, кончик носа.



СИМПТОМЫ



Вначале человек ощущает холод и покалывание в области, подвергшейся отморожению. Кожа в этом месте краснеет, затем резко бледнеет и теряет чувствительность. Различают четыре степени отморожения. Определение степени отморожения возможно только после отогревания пострадавшей части тела.



Причины

Отморожение происходит когда человек значительное время находится на холоде и его организм уже не в состоянии регулировать температуру тела. На возможность отморожения оказывают влияние температура воздуха, влажность и ветер, а также длительность пребывания человека на холоде.



Первая помощь

- Необходимо согреть отмороженную часть тела, растирая ее мягкой шерстяной тканью или ладонями до покраснения кожи, обретения ею чувствительности.
- Напоить пострадавшего горячим чаем, укутать теплой одеждой, если есть возможность разместить его в тепле.

Первая помощь



- После отогревания необходимо наложить на пострадавший участок тела мягкую стерильную повязку, укутать его теплой одеждой.
- При отморожении пальцев рук или ног следует проложить между ними вату или марлю. Нельзя вскрывать образовавшиеся волдыри.
- При любой степени отморожения пострадавшего необходимо напоить горячим чаем (для чего нужно иметь при себе термос с кипятком).

Что делать при обморожении

Врачи советуют в холода как можно меньше времени находиться на улице

Признаки и симптомы обморожения

(видно только после отогревания, возможно проявление через 6-12 ч)



1 Потеря чувствительности пораженных участков



2 Ощущение покалывания или пощипывания



3 Побеление кожи – 1 степень обморожения



4 Волдыри – 2 степень обморожения



5 Потемнение и отмирание – 3 степень обморожения

Первая помощь при обморожении



Уйти с холода (на морозе растирать и греть пораженные участки тела бесполезно и опасно)



На пораженную поверхность наложить теплоизолирующую повязку, например, такую: слой марли, толстый слой ваты, снова слой марли, а сверху клеенку или прорезиненную ткань, обернуть шерстяной тканью



Обмороженную руку или ногу можно согреть в ванне, постепенно повышая температуру воды с **20 до 40 градусов** и в течение 40 минут нежно массируя конечность



Выпить теплый и сладкий чай



Необходимо отслеживать общее состояние и место обморожения в течение суток. Если появились симптомы 2 и 3 степени обморожения, срочно обратитесь к врачу

Что не следует делать при обморожении



Растирать обмороженные участки тела снегом (кровеносные сосуды кистей и стоп очень хрупки и поэтому возможно их повреждение, а возникающие микроссадины на коже способствуют внесению инфекции)



Быстро отогревать обмороженные конечности у костра или горячей воде (это способствует тромбообразованию в сосудах, углубляя процессы разрушения пораженных тканей)



Употреблять алкоголь (он расширяет сосуды и лишь дает ощущение тепла, но не согревает на самом деле)

Термический ожог - это травма, которая возникает в результате воздействия на человека открытого огня (пламени), теплового излучения, соприкосновения тела с раскаленными предметами, жидкостями (кипяток) и др.



Степени термического ожога

Ожог первой степени, при котором поражается только верхний слой кожи, она краснеет, на месте ожога образуется отек, возникает боль.

Ожог второй степени, при нем пораженный участок увлажняется и покрывается волдырями, развивается сильная боль. Необходимо оперативное лечение.

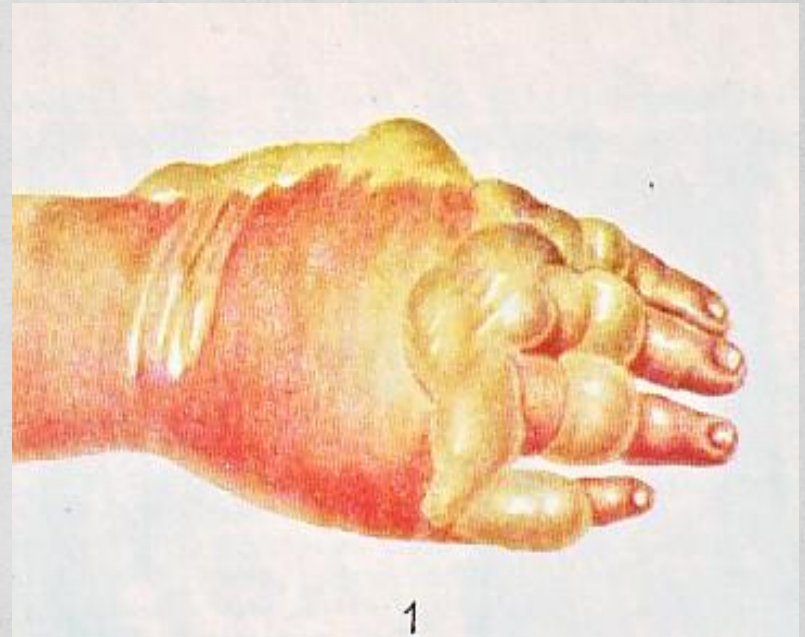
При ожоге третьей и четвертой степени поражаются все слои кожи, мышцы, нервы, жировая клетчатка. Требуется срочная госпитализация.

I – степень, покраснение кожи, отек и сильная боль



Покраснение кожных покровов

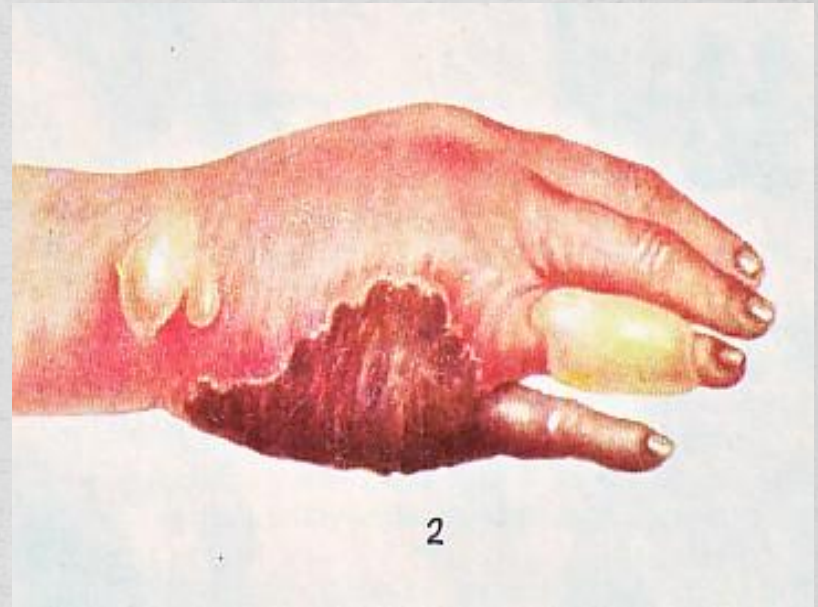
II- степень



III- степень

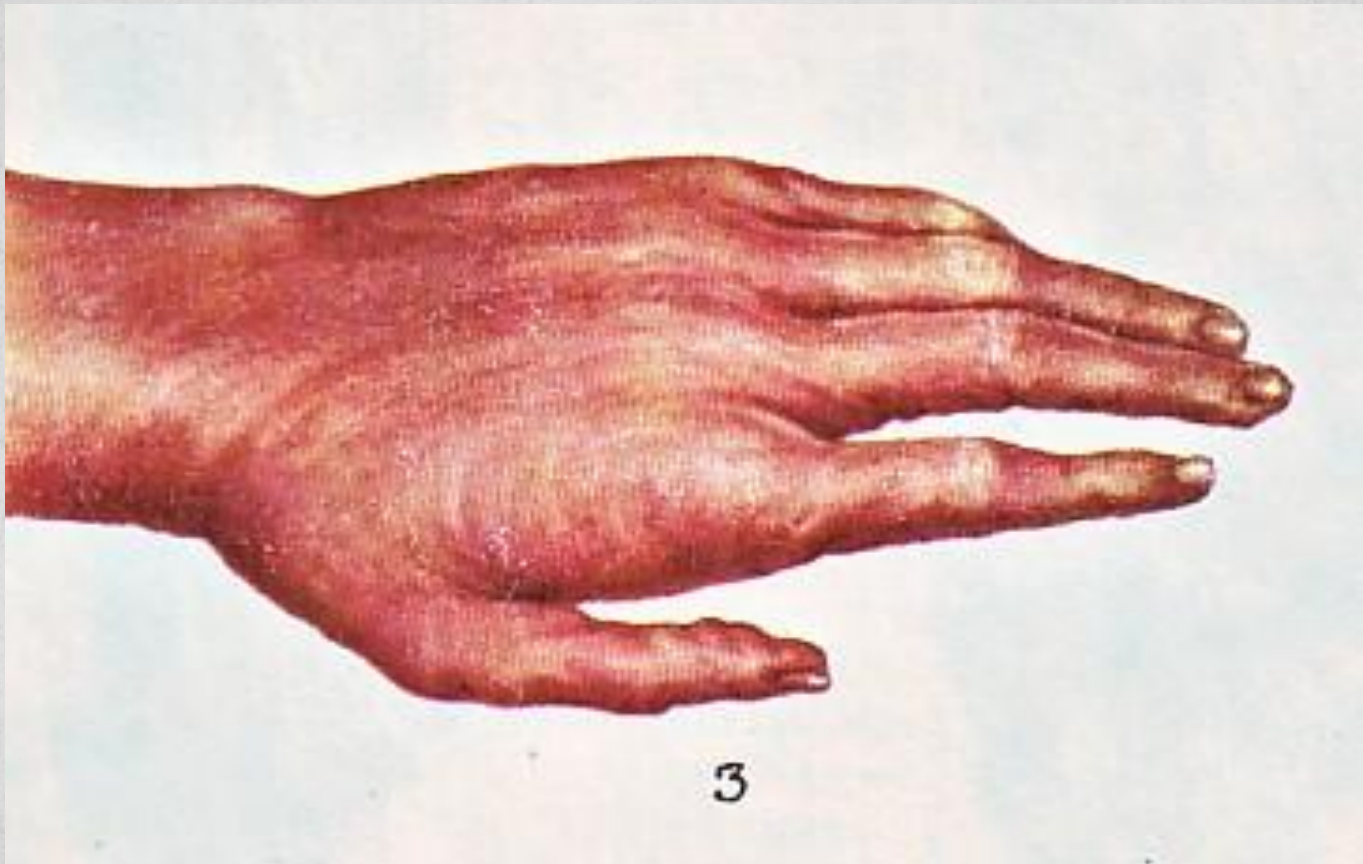


Омертвление кожных покровов и
подлежащих тканей, обугливание



**IV-степень, крайне тяжелая,
поражаются все слои кожи, мышцы, нервы,
кости.**

Требуется срочная госпитализация.



3



Первая помощь

- Прекратить действия поражающего фактора (погасить пламя, убрать раскаленный предмет);
- снять одежду и обувь с пораженного участка;
- охладить место ожога водой, льдом, снегом в течение 10 мин;
- наложить сухую стерильную повязку на обожженный участок тела;

Первая помощь



- дать обильное питье;
- обработать обожженный участок 30-40%-ным раствором спирта или водкой;
- приложить к месту ожога свежую тертую морковь, луковую или картофельную кашицу.

В случае обширных ожогов пострадавшего необходимо срочно доставить в лечебное учреждение.

Внимание!

При термических ожогах запрещается:



- оставлять пострадавшего в зоне действия поражающего фактора;
- отрывать прилипшие к ране одежду, посторонние предметы;
- вскрывать ожоговые волдыри;
- обрывать обгоревшие ткани; наносить на пораженный участок мазь, крем, жир;
- оставлять на длительное время (более 1 ч) открытым пораженный участок.