

# Тема урока:

Первая помощь при перегревании, ожогах  
и обморожении.

## Признаки теплового удара.

- При долгом нахождении на жаре возможен солнечный или тепловой удары.
- Признаки – красное лицо, головная боль, головокружение, шум в ушах, слабое дыхание и пульс.

# Осторожно! Солнце

Солнечному и тепловому ударам наиболее подвержены дети и люди, страдающие заболеваниями сердца, сосудов и желез внутренней секреции

теплого удара ← СИМПТОМЫ → солнечного удара



## Первая помощь

-  Перенести пострадавшего в тень или в прохладное помещение
-  Уложить на спину, голову приподнять
-  Снять одежду, ослабить пояс
-  Тело обтереть холодной водой (обернуть влажной простыней)
-  К голове и лбу приложить холодные компрессы
-  Напоить холодной водой

# Первая помощь при тепловом ударе

- Пострадавшего нужно немедленно отнести в тень, приложить к голове холодные примочки и дать обильное прохладное питьё.

# Признаки ожога.

- **Признаки и симптомы**
- Боль
- Покраснение кожи - 1 степень
- появились волдыри - 2 степень
- рана - волдыри лопнули - 3 степень
- обугливание и отсутствие чувствительности - 4 степень

# Первая помощь при ожогах:

- **Убрать** поражающий фактор!
- **Охладить** место ожога
- 1 и 2 степень - **охлаждать** проточной водой 10 - 15 мин
- 3 и 4 - чистая **влажная повязка**, потом охладить с повязкой в стоячей воде
- **закрыть** влажной повязкой
- **покой** и противошоковые меры

# Чего нельзя делать при ожогах!

- Смазывать маслом, кремом, мазью, белком и т.п., наносить пену (пантенол) на только что обожженное.
- Отрывать прилипшую одежду.
- Прокалывать пузыри.

# Вызываем скорую если:

- площадь ожога больше 5 ладоней пострадавшего
- ожог у ребенка или пожилого человека
- ожог 3ей степени
- обожжена паховая область
- обожжен рот, нос, голова, дыхательные пути
- обожжены две конечности



# Что такое обморожение?

- **Обморожение** - повреждение тканей, вызванное воздействием низких температур. Развитию обморожения способствует алкогольное опьянение, ветер, влажность воздуха, тесная одежда и обувь. Чаще все поражаются пальцы рук и ног, нос, уши, т. е. те части тела, которые имеют худшее кровоснабжение. Воздействие низких температур приводит к спазму сосудов, в результате которого происходит замедление кровотока, тромбоз сосудов с нарушением кровообращения в органах и тканях. Обморожение чаще всего наступает без резких болевых ощущений.

# Признаки обморожения:

- потеря чувствительности
- ощущение покалывания или пощипывания
- **побеление кожи** - 1 степень обморожения
- **волдыри** - 2 степень обморожения (видно только после отогревания, возможно проявление через 6-12 часов)
- **потемнение и отмирание** - 3 степень обморожения (видно только после отогревания, возможно проявление через 6-12 часов)

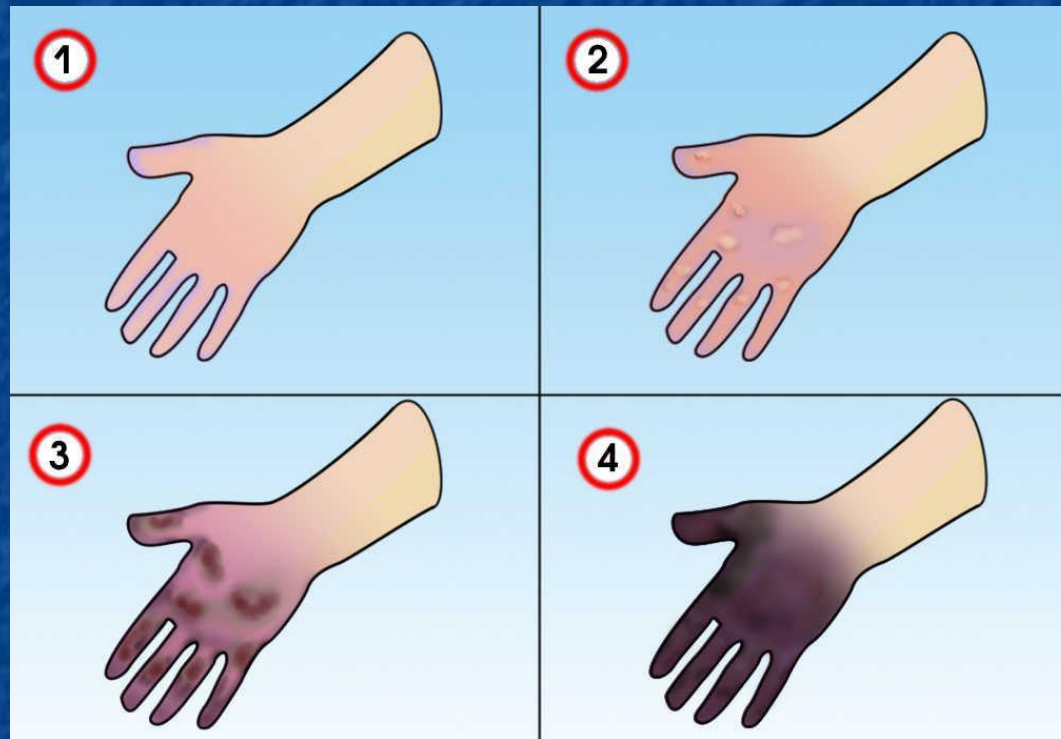
# Чего не надо делать.

- игнорировать
- растирать (это приводит к омертвлению кожи и появлению белых пятен на коже)
- резко согревать
- пить спиртное

# Первая помощь.

- **убрать** с холода (на морозе растирать и греть бесполезно и опасно)
- **закрыть** сухой повязкой (для уменьшения скорости отогревания)
- **медленное** согревание в помещении
- **обильное теплое** и сладкое питье (согреваем изнутри)

# Стадии обморожения.



# 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

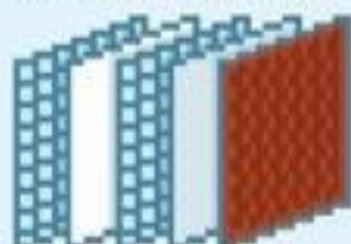


5 Потемнение и отмирание – 3 степень обморожения

## 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 резиновую 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



Вылить 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)