

# Первая помощь при ожогах и обморожениях

# Переохлаждение и отморожение

Холодовая травма проявляется в виде общего воздействия пониженной температуры окружающей среды на все тело человека (переохлаждение) либо в виде локального повреждения организма (отморожение).



# Отморожение

Обморожение (отморожение) – локальное или множественное повреждение тканей организма под воздействием низких температур.

Очень часто сопровождается общим переохлаждением организма и чаще всего затрагивает выступающие части тела: ушные раковины, нос, недостаточно защищённые конечности, прежде всего пальцы рук и ног.

# Причины

- тесная и влажная одежда и обувь, вынужденное длительное неподвижное и неудобное положение;
- ослабление организма в результате перенесённых заболеваний, физическое переутомление, голод;
- потливость ног, хронические заболевания сосудов нижних конечностей и сердечно-сосудистой системы, курение;

Статистика свидетельствует, что почти все тяжёлые обморожения, приведшие к ампутации конечностей, произошли в состоянии сильного алкогольного опьянения .

# Факторы влияющие на получение отморожения

- Сильный ветер;
- Длительное пребывание на улице;
- Высокая влажность;
- Низкая температура;



# Признаки обморожения

- Потеря чувствительности поражённых участков;
- Ощущение покалывания или пощипывания;
- Побеление кожи (1-я степень обморожения);
- Волдыри (2-я степень обморожения);
- Потемнение и отмирание (3-4-я степень обморожения);

# Обморожение I степени

**Обморожение I степени** (наиболее 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.

# Обморожение I степени





# Обморожение II степени

**Обморожение II степени** возникает при более продолжительном воздействии холода. В начальном периоде имеется побледнение, похолодание, утрата чувствительности, но эти явления наблюдаются при всех степенях обморожения. Поэтому наиболее характерный признак – образование в первые дни после травмы пузырей, наполненных прозрачным содержимым.

# Обморожение II степени



# Обморожение III степени

При **обморожении III степени** продолжительность периода холодого воздействия и снижения температуры в тканях увеличивается. Образующиеся в начальном периоде пузыри наполнены кровянистым содержимым, дно их сине-багровое, нечувствительное к раздражениям.

# Обморожение III степени



# Обморожение IV степени

**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.

# Обморожение IV степени



# Первая помощь

Первая помощь при лёгком отморожении довольно проста:

- доставить пострадавшего в ближайшее тёплое помещение (прекратить воздействие холода);
- снять мокрую/ холодную одежду или обувь;

Следует обернуть повреждённый участок изолирующей сухой тканью (вата), выполнить лёгкий массаж тёплыми руками или тканью. Активные движения, сладкий чай также будут способствовать улучшению кровообращения.



# При обморожении I степени

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



# Обморожения II-IV степени

При отморожение средней и тяжёлой степени, кроме вышеперечисленных мер необходима медицинская помощь.



# Что НЕ делать?

- не игнорировать;
- не растирать (кровеносные сосуды кистей и стоп очень хрупки и поэтому возможно их повреждение, а возникающие микрорссадины на коже способствуют внесению инфекции);
- не согревать резко(может привести к дополнительному термическому повреждению, так как у пострадавшего страдает объективная оценка температуры собственных тканей);
- Употреблять спиртные напитки и курить;
- пузыри самостоятельно не вскрывать(внесение инфекции);

# «Железное» отморожение

- В практике встречаются и холодовые травмы, возникающие при соприкосновении теплой кожи с холодным металлическим предметом.



# «Железное» отморожение

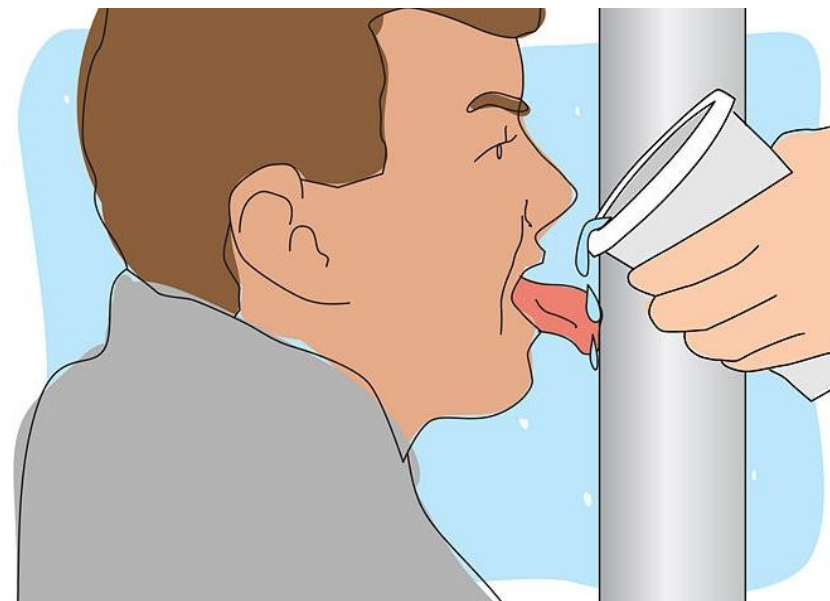
"железная" рана редко бывает глубокой, но все равно ее надо срочно продезинфицировать:

- промойте ее теплой водой, а затем перекисью водорода.
- после этого попытайтесь остановить кровотечение (хорошо помогает приложенная к ране гемостатическая губка, но можно обойтись и сложенным в несколько раз стерильным бинтом, который нужно как следует прижать и держать до полной остановки кровотечения).

**Но если рана очень большая, надо срочно обращаться к врачу.**

# «Железное» отморожение

- Ваши правильные действия помогут избежать глубоких ран. Вместо того, чтобы отрывать кожу "с мясом", просто полейте прилипшее место теплой водой (но не слишком горячей!). Согревшись, металл обязательно отпустит своего незадачливого пленника.



# Переохлаждение

- Переохлаждение классифицируется в медицине как падение этой температуры ниже  $35^{\circ}\text{C}$ . Симптомы его меняются по мере понижения температуры.

# Переохлаждение I степени (35–32°C)

Возникает дрожь, руки не слушаются, ухудшается моторика. Сознание сохранено. Наблюдается дезориентация. Угрозы жизни нет. Человек ощущает усталость, холод, становится вспыльчивым, несговорчивым. Невозможность застегнуть куртку или надеть перчатки ведёт к дальнейшему переохлаждению и обморожению. Падение внутренней температуры даже на один градус замедляет реакцию и может помешать адекватной оценке обстановки.



# Переохлаждение I степени (35–32°C)

Важно предотвратить дальнейшее переохлаждение: перенести пострадавшего в тёплое помещение, снять мокрую одежду. Дать тёплое питьё. Сам пострадавший должен совершать активные движения конечностями



# Переохлаждение II степени (32–28°C)

Дрожь как индикатор работы мышц прекращается, поскольку энергия организма уже истощена. Нарушаются и умственные способности: речь становится неразборчивой, мыслительные процессы замедляются. Наступает апатия, частичная потеря памяти, эмоциональная лабильность. Сознание теряется где-то при 30°C. Требуется срочная госпитализация.

Первая помощь такая же, как и в случае переохлаждения первой степени, но с некоторыми ограничениями: следует избегать резких лишних движений, а тёплая ванна и душ противопоказаны



# Переохлаждение III степени (меньше 28°C)

Пострадавший находится в коме. При данной степени замедляется сердечный ритм, пульс становится нитевидным, дыхание – поверхностным и трудноуловимым. Частота дыхания снижается до одного-двух вдохов в минуту. Кожа бледнеет и на ощупь делается ледяной, конечности не гнутся, зрачки расширяются и не реагируют на свет. Пострадавший утрачивает рефлексy. Как говорят опытные спасатели: «Человек выглядит как мёртвый, хотя на самом деле может быть ещё жив»



# 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 кровоснабжение конечностей



Повышенная потливость ног



Употребление спиртного, которое снижает ощущение холода и не дает прочувствовать, 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



Побеление 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)



Омертвление кожи, мягких тканей и костей (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, затрудняется 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 возможно обморожение II-IV степени



### Тяжелое переохлаждение

Температура тела падает ниже 31 градуса, больной без сознания, наблюдаются судороги, возможна рвота. Пульс замедлен до 45-35 ударов в минуту, наполнение слабое, артериальное давление снижено. Тяжелое переохлаждение – гарантированное свидетельство обморожений 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



Укутай в одеяло

Укутай обмороженные участки тела в несколько слоев

Как можно быстрее доставь пострадавшего в теплое место

Дай обильное горячее и сладкое питье. Накорми горячей пищей

При необходимости переодень в сухую одежду

## 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

## 7. Первая помощь при ожогах

Ожоги принято делить на четыре степени:

- Первая степень –покраснение кожных покровов, жгучая боль в месте ожога, припухлость тканей.
- Вторая степень – из-за отслоения эпидермиса образуются пузыри.
- Третья и четвертые степени – образуются участки плотного струпа.

**Первая помощь без повреждения целостности кожных покровов и ожоговых пузырей:**

- Обожженное место подставить под струю холодной воды на 10 – 15 минут или приложить холод.
- Предложить пострадавшему обильное питье, а при отсутствии аллергии можно дать 2-3 таблетки анальгина;
- Нельзя смазывать обожженную поверхность маслами и жиром.
- Нельзя сдирать с обожженной поверхности остатки одежды.
- Нельзя туго бинтовать обожженную поверхность, присыпать ее порошками или крахмалом

## 7. Первая помощь при ожогах

Первая помощь с повреждениями кожных покровов и наличием ожоговых пузырей:

- Накрывать обожженную поверхность сухой чистой тканью;
- Поверх сухой ткани на 20-30 минут приложить холод;
- Предложить пострадавшему обильное теплое питье, а при отсутствии аллергии можно дать 2-3 таблетки анальгина (нельзя давать газированную воду);
- Нельзя смазывать ожог йодом, зеленкой, лосьонами, мазями;
- Нельзя промывать место ожога водой или прикладывать на поврежденную кожу снег или холод.