



# Тепловой удар

**ТЕПЛОВОЙ УДАР** - болезненное состояние, обусловленное общим перегреванием организма и возникающее в результате воздействия внешних тепловых факторов .



## Симптомы

У больного наблюдается чувство общей слабости, разбитости, головная боль, головокружение, шум в ушах, сонливость, жажда, тошнота. При осмотре выявляется гиперемия кожных покровов.

## Симптомы

### Легкая форма

- \* общая слабость;
- \* головная боль;
- \* тошнота;
- \* учащения пульса и дыхания;
- \* расширение зрачков.

### Средняя форма

- \* резкая адинамия;
- \* сильная головная боль с тошнотой и рвотой;
- \* огушенность;
- \* неуверенность движений;
- \* шаткая походка;
- \* временами обморочные состояния;
- \* учащение пульса и дыхания;
- \* повышение температуры тела до 39–40 °С.

### Тяжелая форма

Тяжелая форма теплового удара развивается внезапно. Лицо гиперемировано, позже бледно-цианотичное. Наблюдаются случаи изменения сознания от легкой степени до комы, клонические и тонические судороги, бред, галлюцинации, повышение температуры тела до 41–42 °С, случаи внезапной смерти. Летальность 20–30%.

## ПРОФИЛАКТИКА

В жаркие дни при большой влажности выход на открытый воздух до 10–11 часов дня, позже пребывание в тени деревьев.

Выход из помещения только в головном уборе.

Основной прием пищи в вечерние часы.

Ограничение жирной и белковой пищи.

Одежда должна быть легкой, свободной, из хлопчатобумажных тканей, для постоянного испарения пота.

Ограниченное использование косметических средств и кремов как препятствующих нормальному функционированию кожных покровов.

# Первая помощь

Больного срочно выносят в прохладное место, обеспечивают доступ свежего воздуха, освобождают от одежды, дают выпить холодной воды, накладывают холодный компресс на голову.

В более тяжелых случаях показано обертывание простыней, смоченной холодной водой, обливание прохладной водой, лед на голову и паховые области.

*Но не в коем случае нельзя давать алкоголь, напитки, содержащие теин и кофеин (чай, кофе, какао).*

# Классификация ожогов

## ОЖОГ I-II СТЕПЕНИ



**Ожоги I** степени проявляются резко выраженной краснотой кожи и отеком тканей, сопровождаются жгучей болью и поражением верхних слоёв кожи.

**Ожоги II** степени - Кроме выраженных симптомов, отмеченных при 1 степени, отмечается образование пузырей наполненных серозной жидкостью.

**Ожоги III** степени страдают все слои кожи.

**Ожоги IV** полное разрушение кожи и нижележащего мышечного слоя.

**Ожоги V** степени сопровождаются некрозом более глубоких слоев тканей и обугливанием кожи или даже органа, омертвением не только кожи, но и глубже лежащих тканей.

## ОЖОГ III-IV СТЕПЕНИ



# Первая помощь при термических ожогах

Цель- уменьшить боль и предупредить опасные для жизни осложнения.

## Оказание помощи при ожогах I и II степени:

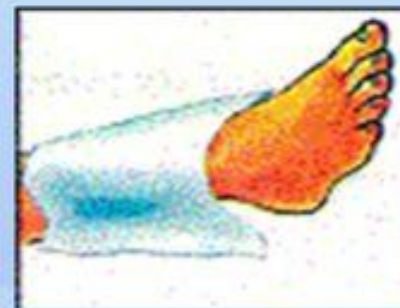


1) Обожженную поверхность поскорее подставить под струю холодной воды и подержать 5-10 минут.



2) Накрыть сухой чистой тканью.

3) Поверх ткани приложить холод (пузырь со льдом или пакет с холодной водой или снегом).



- Недопустимо смазывать повреждённые участки кремами и жирами, присыпать мукой и крахмалом.
- Вскрывать пузыри и удалять прилипшую ткань.

# Первая помощь при термических ожогах

Оказание помощи при ожогах III, IV и V степени:

1) Наложить на повреждённую поверхность чистую пленку или ткань.



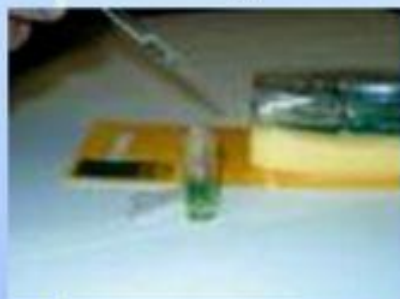
2) Поверх плёнки приложить пакеты со льдом.

3) Дать пострадавшему таблетку анальгина (если он в сознании)

4) При длительном ожидании скорой помощи обеспечить пострадавшего обильным тёплым питьём.

# Помощь при химических ожогах

**1) Если ожог вызван кислотой** (только не серной), то можно промыть место ожога струёй холодной воды, а затем щелочным раствором: мыльной водой или раствором пищевой соды.



**2) Если же ожог от щёлочи**, то после промывания водой хорошо приложить ткань, смоченную слабым уксусом или лимонным соком. Перед отправлением в больницу ожог закрывают повязкой.

**3) Если на кожу попал фосфор**, то он вспыхивает. Обожжённое место нужно опустить под воду. Палочкой удалить кусочки фосфора, наложить повязку.

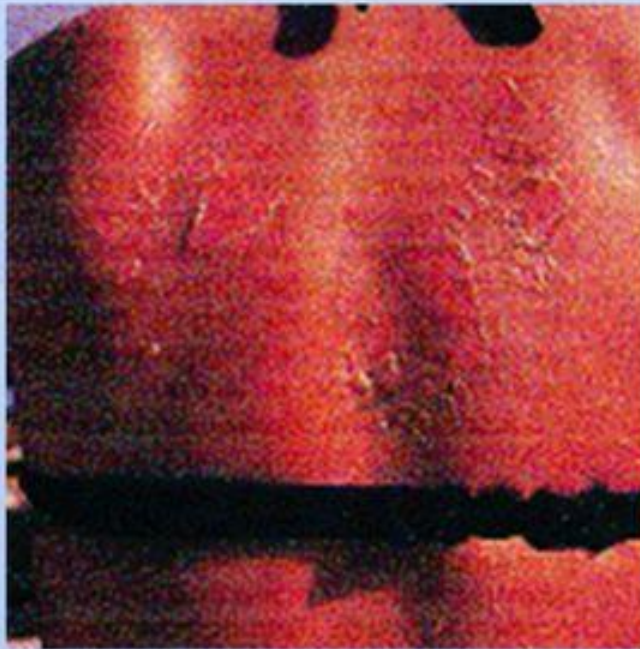


**4) Когда на кожу попадает негашеная известь**, ни в коем случае нельзя допускать попадания туда влаги – пойдёт бурная химическая реакция. Обработку ожога производят любым маслом.



# Солнечный ожог

**Симптомы солнечного ожога** бывают разные - от порозовения кожи, начинающей "гореть", до покраснения, когда она опухает, покрывается волдырями и становится крайне болезненной.



Солнечные ожоги вовсе не так безобидны, как думают многие. Доказано, что они могут приводить не только к преждевременному старению кожи и развитию фотодерматита (аллергии к солнечным лучам), но и к снижению зрения и даже к онкологическим заболеваниям (раку кожи).

# Профилактические средства

## Солнцезащитные кремы

Светонепроницаемые кремы содержат окисел цинка или диоксид титана, практически полностью блокирующие ультрафиолетовую радиацию. Они хороши для чувствительных участков кожи, таких, как нос и губы.



## Солнцеотражающие средства

Они содержат вещества, частично отражающие ультрафиолетовые лучи.

Наиболее частая причина солнечных ожогов - ажиотаж первого дня. Увеличивайте время пребывания на солнце постепенно: переходите от получаса на первый раз до не более чем 2 часа в день. Самое активное солнце с полудня до 2 часов, так что в это время лучше не загорать.

# Первая помощь при обморожениях

**Обморожение** – это повреждение тканей, вызванное их переохлаждением.



## 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

Первая помощь при обморожении:

- Поместите пострадавшего в тепло.
- Снимите с него промерзшую или мокрую одежду.
- При легком обморожении разотрите поврежденные участки тела. В тяжелых случаях (обморожение II-IV степени) растирание делать не следует.

**Используйте для растирания масло или вазелин. Не растирайте пострадавшего снегом.**

- Укутайте отмороженный участок тела.
- Дайте пострадавшему горячее сладкое питье или горячую пищу.

