

Воздействие на весь организм вызывает общее охлаждение. При этом возникают расстройства кровообращения вначале кожи, а затем и вглубь лежащих тканей. Пострадавший ощущает чувство холода, сменяющееся онемением конечностей, при котором исчезает чувство боли, а затем чувствительность пропадает совсем.

ПЕРЕОХЛАЖДЕНИЕ

Признаки переохлаждения

- озноб и дрожь;
- нарушение сознания: заторможенность и апатия, бред и галлюцинации, неадекватное поведение.
- посинение или побледнение губ
- снижение температуры тела.

Первая помощь при переохлаждении

- при появлении озноба и мышечной дрожи пострадавшего необходимо дополнительно укрыть, предложить теплое сладкое питье или пищу с большим содержанием сахара.
- В теплом помещении немедленно снять одежду. Поместить пострадавшего в теплую ванну. Обложить пострадавшего большим количеством теплых грелок.
- После ванны укрыть пострадавшего теплым одеялом или надеть на него теплую одежду.
- До прибытия врача давать теплое сладкое питье.

При переохлаждении недопустимо.

- помещать пострадавшего в ванну с температурой ниже +30 С.
- предлагать алкогольные напитки.

ОБМОРОЖЕНИЕ

Первая помощь при обморожении

- В отапливаемом помещении согрейте отмороженную часть тела, растерев ее сухой мягкой тканью.
- Затем поместите ее в теплую воду, и постепенно доведите температуру воды до 40-45 С.
- Если боль проходит и чувствительность восстанавливается, то вытрите руку (ногу) насухо, наденьте носки, перчатки и, по возможности обратитесь к врачу.
- Если побелели щеки, нос, уши, достаточно растереть их чистой рукой до покраснения и появления покалывания и жжения.
- Обувь с ног нужно снимать крайне осторожно, чтобы не повредить отмороженные пальцы. Если без усилий это сделать не удастся, то обувь распарывается ножом по шву голенища.
- Одновременно с растиранием пострадавшей надо дать горячий чай.

ОТМОРОЖЕНИЕ

Оно возникает только при длительном воздействии низких температур окружающего воздуха, при соприкосновении тела с холодным металлом на морозе.

Признаки отморожения

- потеря чувствительности
- кожа бледная, твердая и холодная на ощупь.
- нет пульса на запястьях и лодыжках.
- при постукивании пальцем – «деревянный стук»

Первая помощь при отморожении

- Вызвать скорую помощь
- Помните, пострадавшего надо немедленно согреть, ведь тяжелая степень обморожения может повлечь ампутацию поврежденной части тела.
- Снять с обмороженных конечностей одежду и обувь.
- Дайте теплое обильное питье.
- Дайте 1-2 таблетки обезболивающего.
- Немедленно укройте поврежденные конечности от внешнего тепла теплоизолирующей повязкой.
- При отморожении недопустимо**
- растирать отмороженную кожу
- смазывать кожу маслом или вазелином.
- использовать теплую ванну, теплую воду из крана.



Профилактика при обморожении

1. Одежду и обувь надевайте по погоде.
2. Смажьте кожу лица и рук кремом.
3. откажитесь от пребывания на морозе в нетрезвом состоянии.
4. На морозе старайтесь оставаться сухим.
5. Если будете долго находиться на морозе, возьмите с собой горячее питание или напитки, а также препараты для оказания первой помощи.
6. Не следует надевать украшение из металла, так как металлическим изделиям свойственно охлаждаться намного быстрее, нежели человеческому телу.
7. Прячьтесь от ветра-вероятность обморожения на ветру значительно выше.
8. На морозе стоит отказаться от курения табак способствует уменьшению кровообращения в области нижних и верхних конечностей.



Министерство социального развития,
опеки и попечительства Иркутской области
Областное государственное бюджетное
Учреждение социального обслуживания
«Комплексный центр социального
обслуживания населения Качугского
района»



Качуг
2020

Будьте здоровы.