

Перегревание, тепловой и солнечные удары



Неумеренное пребывание на солнце, особенно в безветренную погоду при высокой влажности, может привести к перегреванию организма.

Солнечный удар возникает в результате интенсивного воздействия прямых солнечных лучей на голову. При солнечном ударе общего перегревания тела может и не быть.

Степень и быстрота перегревания зависят не только от внешних факторов, но и от индивидуальных особенностей организма. Особенно склонны к перегреву дети с нарушением обмена веществ, эндокринными расстройствами, вегетососудистой дистонией, страдающие заболеваниями сердца, а так же дети младшего возраста.

Симптомы

Симптомы у теплового и солнечного удара весьма сходны.

При легкой форме перегревания отмечается общая слабость, сонливость, головная боль, головокружение, тяжесть под ложечкой, тошнота. При своевременной оказании первой помощи, все эти явления исчезают.

При средней форме отмечается сильная головная боль, тошнота рвота, неуверенность движений, кратковременные обмороки. Кожные покровы влажные, покрасневшие, усиленное потоотделение, температура тела повышена до 39 – 40 градусов плюс и дыхание учащено.

При тяжелой форме перегревания наблюдается бред, галлюцинации, возбуждение, судороги. Может быть шум в ушах, мелькание мушек перед глазами, расстройство зрения, нарушается цветоощущение. Оглушенность нередко сменяется кратковременной, а затем и длительной потерей сознания. Дыхание поверхностное, учащенное. Пульс частый и слабый, артериальное давление снижено. Лицо бледнеет и даже приобретает синюшный оттенок, кожа сухая и горячая или покрыта липким потом, температура тела повышается до 40-41 градуса и выше. Такое состояние чревато трагическими последствиями.

При тепловом и солнечном ударах помощь надо оказывать немедленно, не теряя ни минуты.

- 1) Нужно перенести пострадавшего в прохладное место, где есть доступ свежего воздуха.
- 2) Уложить его надо так, чтоб голова была приподнята, освободить от верхней одежды, раздеть по пояс.
- 3) Если пострадавший в сознании, то ему нужно дать холодный крепкий чай, минеральную или слегка подсоленную холодную воду (1 чайная ложка соли на 1 литр воды)

4) Рекомендуется охлаждать пострадавшего: обмахивать полотенцем или включить вентилятор. Смачивать лицо и голову холодной водой, сделать холодные примочки на лоб, теменную область, затылок, паховые, подключичные, подколенные, подмышечные области, где много кровеносных сосудов.

5) Если пострадавший без сознания, надо повернуть его голову на бок, что бы рвотные массы не попали в дыхательные пути, а к носу на некотором расстоянии поднести ватку, смоченную нашатырным спиртом.

6) При остановке дыхания немедленно начинать делать искусственное дыхание, а при остановке сердца – закрытый массаж сердца.

После этого нужно вызвать **«СКОРУЮ ПОМОЩЬ» и доставить пострадавшего в лечебное учреждение.**