

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ЛЕТНИХ ТРАВМАХ

Типичные летние травмы, обусловленные неконтролируемым воздействием солнечного излучения, - солнечные ожоги. Они возникают, как правило, в первые дни отдыха, когда у ребенка еще не выработалось достаточное количество защитного пигмента меланина. Особенность ожогов – их отсроченное появление. Ребенок может находиться на солнце несколько часов, прежде чем почувствует боль, жжение, а взрослые заметят покраснения кожи.

Первая помощь при солнечном ожоге начинается с немедленного прекращения действия поражающего фактора. Для этого необходимо:

1. Одеть ребенка и увести в прохладное помещение.
2. Обеспечить ему прохладный душ или ванну.
3. Предложить обильное дробное питье.
4. При сильных болях дать Парацетамол или Ибупрофен
5. Местно можно применить аэрозоли с защитным и обезболивающим эффектом (Пантенл, Винизоль, Ливиан, Наксол).
6. В случае образования пузырей самостоятельно вскрывать их нельзя. При самопроизвольном их вскрытии следует аккуратно срезать омертвевшую кожу маникюрными ножницами.

Срочный врачебный осмотр требуется ребенку при обширной площади ожогового поражения кожи, сильном беспокойстве или сонливости, повышении температуры тела.

Профилактика солнечных ожогов предусматривает соблюдение следующих правил:

- нужно беречь детей от прямых лучей в период максимальной солнечной активности с 10 до 16 часов;
- использовать солнцезащитные кремы;
- надевать защищающую одежду и головной убор.

ТЕПЛОВОЙ УДАР

У детей тепловой удар чаще всего случается во время длительных активных игр на солнце при высокой температуре воздуха. К тепловому удару предрасполагают повышенная возбудимость, ожирение и плотная одежда.

Неотложная помощь при тепловом ударе должна быть направлена на скорейшее охлаждение организма. Ребенка необходимо унести в прохладное помещение или тень, полностью раздеть, включить вентилятор (при наличии), обтереть кожу водой. Когда ребенок придет в себя, следует предложить ему прохладное обильное питье (крепко заваренный холодный чай). Тепловой удар – прямое показание для медицинского осмотра.