Главное управление МЧС России по Республике Башкортостан

ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПРИ ПЕРЕОХЛАЖДЕНИИ И ОБМОРОЖЕНИИ

ЧТО ПРИВОДИТ К ПЕРЕОХЛАЖДЕНИЮ И ОБМОРОЖЕНИЮ?

* Мокрая одежда и тесная обувь;
* Заболевания сосудов ног, приводящие к недостаточному кровообращению;
* Повышенная потливость ног;
* Курение на морозе – способствует сужению кровеносных сосудов, тем самым, снижению кровоснабжения конечностей;
* Употребление спиртного, которое уменьшает ощущение холода и не дает прочувствовать, насколько вы замерзли.

СИМПТОМЫ ПЕРЕОХЛАЖДЕНИЯ

Легкое переохлаждение:

* появляется гусиная кожа;
* t тела падает до 34-32 градусов;
* бледность кожного покрова;
* озноб;
* дрожание нижней челюсти.

Среднее переохлаждение:

* сонливость;
* полуобморочное состояние;
* t тела опускается до 32-29 градусов;
* кожа бледная или синеватая, с мраморным отливом;
* замедляется пульс, дыхание редкое.

Тяжелое переохлаждение:

* t тела падает ниже 30 градусов;
* больной без сознания, наблюдаются судороги, возможна рвота;
* при тяжелом переохлаждении возможно оледенение конечностей.

СЛУЖБА СПАСЕНИЯ 112

ОСНОВНЫЕ ПРИЗНАКИ ОБМОРОЖЕНИЯ

* Потеря чувствительности пораженных участков;
* Ощущение покалывания или пощипывания;
* Появление волдырей;
* Потемнение обмороженных участков кожи.

ЧТО ДЕЛАТЬ ПРИ ПЕРЕОХЛАЖДЕНИИ И ОБМОРОЖЕНИИ?

* Как можно скорее доставить пострадавшего в теплое помещение;
* Дать обильное горячее питье;
* При необходимости сменить одежду на сухую;
* Обмороженные участки тела укутать в несколько слоев одеяла;
* Вызвать скорую медицинскую помощь или доставить пострадавшего в лечебное учреждение самостоятельно.