

Осторожно, холод!

Переохлаждение организма:

Переохлаждением называется процесс снижения температуры тела до опасных пределов под воздействием холода. Быстрому развитию процесса переохлаждения способствуют такие природные факторы, как низкая температура, повышенная влажность воздуха, ветер.

Основными признаками переохлаждения являются:

- Понижение температуры тела (менее 36 градусов);
- Понижение артериального давления;
- Мышечная дрожь;
- Снижение частоты сердечных сокращений;
- Нарушение ритма дыхания (дыхание становится поверхностным);
- Появление чувства усталости, сонливости, замедленная речь, нарушение памяти, утрата двигательной активности;
- Посинение кожных покровов;
- Потеря сознания.

ВНИМАНИЕ!

Процесс переохлаждения иногда бывает настолько не заметен, что и пострадавший, и окружающие не осознают происходящего. Чаще такое состояние возникает у маленьких детей и пожилых людей, которые вынуждены находиться в холодной комнате или на улице в малоподвижном состоянии в течение долгого времени. Так же в зоне риска находятся люди, страдающие сахарным диабетом и сосудистыми заболеваниями.

Первая помощь при переохлаждении:

1. Вызвать врача;
1. Переместить пострадавшего в теплое помещение, закутать в одеяло;
2. Давать обильное теплое питье, можно сладкий чай;
3. По возможности, поместить в ванну, постепенно повышая температуру воды до 40 С (прием теплой ванны необходимо прекратить, когда температура тела поднимется до 34 градусов);

При оказании медицинской помощи **ЗАПРЕЩАЕТСЯ**:

1. Проводить интенсивное разогревание: горячий душ, горячая ванна, жаркое помещение;
2. Растирать человека, поскольку это приводит к притоку холодной крови к внутренним органам и головному мозгу, которые будут продолжать охлаждаться.
3. Использование открытого огня и алкоголя в качестве согревающих средств;
4. Класть человека на холодную поверхность и растирать снегом.,

Если вы стали участником или свидетелем трагедии, несчастного случая или оказались в непростой ситуации, звоните на Единый номер вызова экстренных служб - «112» (звонки принимаются круглосуточно и бесплатно с городских и мобильных телефонов); ЕДДС Ильинского муниципального района 8(49353)2-17-09.