

«СОЛНЕЧНЫЙ УДАР»

ПРИЗНАКИ: слабость, головокружение, покраснение кожного покрова, повышение температуры тела.

ПРИЧИНЫ «СОЛНЕЧНОГО УДАРА»:

- 1.** Длительное нахождение под палящими лучами солнца с непокрытой головой, **дети не должны выходить на улицу в солнечную погоду без головного убора!**
- 2.** При длительном загорании, **детям нельзя загорать без взрослых!**
- 3.** при нахождении на улице в условиях высокой температуры воздуха, непривычной для данной местности.

ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПРИ ПЕРВЫХ ПРИЗНАКАХ «СОЛНЕЧНОГО УДАРА»

- Вызвать скорую помощь,
- присесть или прилечь в тень,
- лицо, виски смочить водой или положить на голову кусок ткани, смоченный в холодной воде, можно обливать холодной водой,
- обмахивать голову газетой или майкой,
- пить холодную воду.