
Памятка - Первая помощь при солнечном или тепловом ударе

Первая помощь при солнечном или тепловом ударе

Солнечный и тепловой удары – это состояния, возникающие в результате перегрева организма. Особенно перегреванию подвержены дети, тучные люди, больные сердечно–сосудистыми и эндокринными болезнями.

Солнечный удар наступает при перегревании головы прямыми солнечными лучами. Первые признаки солнечного удара – вялость, разбитость, тошнота, головная боль, головокружение.

В дальнейшем повышается температура тела (до 38°–40°С), появляется рвота, возможны обморок, судороги.

Тепловой удар чаще всего происходит в жаркую безветренную погоду. Особенно тепловому удару подвержены лица, плохо переносящие жару или занятые тяжелой физической работой. Возникновению теплового удара способствует темная одежда, плохо отражающая солнечные лучи, или одежда, не пропускающая воздух и задерживающая испарения тела. Тепловой удар может произойти и в закрытом помещении при высокой температуре и высокой влажности воздуха.

Первая помощь

При признаках теплового или солнечного удара вызовите врача. До прибытия врача пострадавшего уложите в тени или прохладном помещении, снимите стесняющую дыхание одежду. К голове, боковым поверхностям шеи, подмышечным и паховым областям приложите емкости со льдом (водой), укутайте пострадавшего мокрой простыней, дайте обильное питье (подсоленную холодную воду, холодный чай, кофе). Для возбуждения дыхания пострадавшего похлопайте по лицу полотенцем (платком), смоченным в холодной воде, дайте вдохнуть нашатырный спирт, кислород, разотрите тело.

До прибытия врача дайте чайную ложку кордиамина, 1-2 ампулы 10% раствора кофеина (внутрь). Если дыхание затруднено или прекратилось, сделайте искусственное дыхание.

