государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области

основная общеобразовательная школа №11 города Новокуйбышевска городского округа Новокуйбышевск

Самарской области структурное подразделение «Детский сад «Колокольчик»

**Первая помощь при солнечном, тепловом ударе и угаре**

*Солнечным ударом*называют поражение, получаемое при долговременном попадании солнечных лучей на незащищенную голову. Солнечный удар можно получить и при долгом пребывании на улице в ясный день без головного убора.

*Тепловой удар* – это чрезмерное перегревание всего организма в целом. Тепловой удар может случиться и в пасмурную жаркую безветренную погоду – при длительной и тяжелой физической работе, долгих и трудных переходах и т. д. Тепловой удар более вероятен, когда человек недостаточно физически подготовлен и испытывает сильное утомление, жажду.

Симптомами солнечного и теплового удара являются:

• учащенное сердцебиение;

• покраснение, а затем и побледнение кожных покровов;

• нарушение координации;

• головная боль;

• шум в ушах;

• головокружение;

• сильная слабость и вялость;

• снижение интенсивности пульса и дыхания;

• тошнота, рвота;

• носовое кровотечение;

• иногда судороги и обморок.

Оказание первой медицинской помощи при солнечном и тепловом ударах следует начинать с транспортировки пострадавшего в защищенное от теплового воздействия место. При этом необходимо уложить пострадавшего таким образом, чтобы его голова была выше тела. После этого пострадавшему нужно обеспечить свободный доступ кислорода, ослабить его одежду. Для охлаждения кожных покровов можно обтереть пострадавшего водой, голову охладить холодным компрессом. Пострадавшему нужно дать холодное питье. В тяжелых случаях необходимо делать искусственное дыхание.