

Нам холода – не беда



Вот и пришла зима. Чистый искрящийся на солнце снег, падающие невесомые снежинки, легкий морозец, иней на ветвях деревьев. Да, много чудес у красавицы зимы, но есть и не очень приятные сюрпризы. Вместе с зимой приходит и холодная погода, которая может подарить не только радость от зимней прогулки, но и:

Переохлаждение:

В результате длительного воздействия низкой температуры окружающего воздуха у ребёнка возникает ознобление. Повреждённые участки кожи внешне представляют собой уплотнения красного или синюшно-багрового цвета. Ознобление сопровождается зудом, жжением, болью, которая усиливается, если этот участок быстро согреть. Переохлаждаются чаще ноги и руки. Взрослые, собирая детей на прогулку, должны следить за тем, чтобы у них были сухими обувь и варежки. В особом внимании нуждаются дети ослабленные, перенесшие заболевания.

Резкое понижение температуры тела приводит к замерзанию.

Ребёнок в таком состоянии теряет сознание, кожные покровы бледнеют, пульс редкий. После принятия первой помощи у замёрзших отмечается сонливость, ослабление памяти, расстройство психики. Частым осложнением замерзания является воспаление лёгких, почек, острые расстройства пищеварения.

Первая помощь замёрзшему ребёнку заключается в согревании его в горячей ванне, одновременно проводится массаж. Как только ребёнок придёт в сознание, ему необходимо дать горячее питьё, еду, уложить в постель, срочно вызвать врача или доставить в лечебное учреждение .

Следующим по тяжести воздействия на организм является отморожение. Это уже повреждение тканей в результате воздействия низкой температуры. Наиболее подвержены отморожению конечности, уши, нос. Вначале пострадавший ощущает чувство холода, сменяющееся онемением, при котором исчезают боли, а затем и всякая чувствительность.

Отморожение является разновидностью холодовой травмы. При поверхностном отморожении повреждение затрагивает лишь кожу. При глубоком - повреждается и кожа, и подкожные ткани. Оба типа отморожения являются опасными. При отморожении межклеточная и внутриклеточная жидкость замерзает и расширяется, приводя к припухлости. Кристаллы льда и припухлость вызывают повреждение или гибель клеток. Отморожение может привести к потере кистей, ступней, пальцев рук и ног.

Причины отморожения.

Отморожение происходит при нахождении на холоде длительное время, когда организм человека уже не в состоянии обеспечивать терморегуляцию тела. А детский организм в силу своей незрелости таким и является. Такие внешние условия, как температура окружающей среды, влажность, ветер и длительность их воздействия оказывают влияние на терморегуляцию организма и на то, как скоро может наступить отморожение части тела.

Признаками отморожения являются:

- отсутствие чувствительности в поражённой области,
- околечение,
- восковой цвет кожи,
- кожа холодная при прикосновении,
- изменение цвета кожи (кожа покрасневшая, пожелтевшая, посиневшая).

Первая помощь при отморожении

- Сначала окажите помощь как при признаках гипотермии (переохлаждения).
- Проводите обработку поражённой части осторожно, легкими массирующими движениями, никогда сильно не растирайте ее, так как это приводит к ещё большим повреждениям.



Обморожение



- Согрейте отмороженную часть тела руками или другими частями тела.

- Если отмороженная часть тела не приобретает нормального цвета, погрузите ее в теплую воду с температурой 38-42 градуса. Если вода на ощупь вызывает чувство дискомфорта, значит она слишком горячая.

- Держите поврежденную часть тела в теплой воде до тех пор, пока отмороженная область не покраснеет и не станет теплой на ощупь.

- Забинтуйте поврежденную область сухой стерильной повязкой.

При отморожении пальцев рук или ног. Проложите между ними вату или марлю. Не вскрывайте образовавшиеся пузыри. Как можно скорее доставьте пострадавшего к врачу.

Внимание!

Отмороженные участки тела нельзя смазывать жиром или мазями, растирать снегом, помещать в горячую воду.

Наконец, **помните, что лучший способ выйти из неприятного положения - это в него не попадать.** Если вы не любите экстремальные ощущения, в сильный мороз старайтесь не выходить из дому без особой на то необходимости.

Подготовила: воспитатель Ушакова А.И.