

ОБМОРОЖЕНИЕ И ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ



Зима – прекрасная пора для отдыха и игр с детьми на улице! Что может быть лучше свежесвыпавшего сияющего снега? Все любят зимние забавы – кататься с горы, бросать снежки, лепить снеговиков. Именно в такие моменты дети получают яркие эмоции и незабываемые впечатления.

Но порой, зимние прогулки могут привести к переохлаждениям и обморожениям у детей. Взрослые должны серьезно относиться к зимним прогулкам и не забывать, что нежная детская кожа очень чувствительна к морозам, так как детский организм еще не научился регулировать теплообмен.

Переохлаждение ребенок может получить даже сидя на лавочке зимой, или просто постояв возле друзей, предварительно вспотев от бурной игры. Следите, пожалуйста, чтобы ваш малыш не оставался в неподвижном состоянии на улице долгое время.

Помните, что малыши могут переохладиться и даже обморозиться при нуле градусов!



Сильный ветер, высокая влажность воздуха и промокшие одежда и обувь значительно усиливают потерю тепла организмом. **Особенно опасны для детей длительные прогулки в ненастную погоду.**

Что такое переохлаждение?

Обморожение – это воздействие холода на организм, проникающее сквозь кожу и достигающее капилляров и костей, его результатом может стать повреждение частей тела или даже их омертвление. Обморожения у детей могут возникнуть не только в сильные морозы. Риск отморозить себе что-нибудь возникает при повышенной влажности и резком ветре, даже если температура воздуха понижена незначительно. От холода сначала наступает расширение кровеносных сосудов, кожа краснеет и ощущается лёгкое покалывание. А затем сосуды резко сужаются, приток крови к тканям значительно уменьшается. Кожа белеет и теряет чувствительность.



Ребенок сам не в состоянии понять, когда у него обморозились ручки или ножки. **Чаще всего у малышей страдают открытые участки тела:** носик, ушки, щечки, подбородок и пальцы рук. Первые признаки обморожения у малышей обычно проходят незамеченными. Малыш может жаловаться на жжение или покалывание, но позже он просто перестает что-либо чувствовать. И, как правило, дети не обращают на это внимания и продолжают гулять. Поэтому родители должны внимательно относиться к состоянию своих крошек и **при малейшем подозрении на переохлаждение прервать прогулку.**

Розовый румянец на щеках бегающего малыша – явление совершенно нормальное, потому что так организм сам себя разогревает. Покраснение кожи свидетельствует о расширении сосудов и усилении притока крови к тканям. А вот пришедшая на смену румянцу бледность – уже явный признак обморожения. Сосуды сужаются, защитные силы иссякают, и организм перестает справляться с холодом.

Одновременно кожа теряет чувствительность и становится твердой на ощупь. Никаких других признаков обморожения вы не заметите, но его тяжесть будет нарастать прямо пропорционально проведенному на улице времени.

Первая помощь детям при обморожениях

Основные действия включают в себя следующие мероприятия:

- 1. Немедленное сопровождение ребенка домой в теплое сухое помещение.** Чем дольше чадо будет находиться на морозе, тем выше потенциальная степень обморожения;
- 2. Переодевание.** Пострадавший должен быть переодет в сухую и теплую одежду, включая нижнее бельё;
- 3. Отогревание.** Разрешено при лёгкой степени обморожения. Для детей, лучше проводить его в ванной – подготовьте воду с температурой около 25 градусов, поместите туда пораженные холодом части тела ребенка и в течение получаса медленно поднимайте температуру до 40 градусов;
- 4. Еда и питье.** Параллельно с отогреванием, дайте чаду теплое питьё и еду, если у него нет проблем с глотательным рефлексом, и он не теряет сознание;
- 5. Постельный режим.** Обмороженный ребенок помещается под теплое плотное одеяло, а на дом вызывается врач для дополнительных консультаций.