

Консультация для родителей

«Оказание первой помощи детям при тепловом ударе»

Тепловой удар – это опасное для жизни состояние, которое возникает при воздействии на тело человека повышенной температуры. Что способствует тепловому удару: тепловой удар получить намного легче, чем солнечный. Достаточно просто находится в чрезмерно теплой одежде, не пропускающей воздух. Или находится несколько часов в душном, не проветриваемом помещении.

Признаками теплового удара являются:

- повышенная температура тела
- влажная бледная кожа
- головная боль
- тошнота и рвота
- головокружение
- слабость
- сонливость
- потеря сознания
- учащенное сердцебиение и дыхание

Первая помощь при тепловом ударе:

- необходимо перенести ребенка в прохладное (проветриваемое) помещение
- при наличии сознания дать выпить охлажденной воды
- без признаков сознания придать устойчивое боковое положение
- расстегнуть или снять одежду
- положить на голову холодный компресс
- опрыскивать тело холодной водой

Запрещено: резко охлаждать тело (например, помещать в ванну с ледяной водой), давать жаропонижающие средства.

До приезда скорой помощи необходимо контролировать состояние ребенка.

Меры профилактики теплового удара:

- носить свободную и легкую светлую одежду

- ограничить физическую активность при жаркой погоде
- ограничить пребывание на солнце в жаркую погоду
- выходить на улицу в головном уборе
- пить больше жидкости