

Памятка при обморожении

Основные профилактические меры по предупреждению переохлаждения:

- правильный подбор одежды, обуви (в холодное время лучше носить одежду из натуральных тканей);
- сокращение до минимума времени воздействия холода на открытые участки тела, контроль за открытыми участками тела;
- активные постоянные движения;
- умение распознать начало процесса обморожения, принять меры по оказанию помощи.

Степени обморожения и их признаки

1-я степень – пораженный участок кожи бледный, после согревания краснеет, в некоторых случаях приобретает багрово-красный оттенок. На вторые-третьи сутки развивается шелушение кожи, незначительный отек. Выздоровление наступает на 7-10 сутки.

2-я степень – к признакам 1-й степени добавляются пузыри, содержащие прозрачную желтоватую жидкость. Кожа становится бледной, приобретая мраморный оттенок. Выздоровление наступает в течении 1-2 недель.

3-я степень – происходит омертвление всех слоёв кожи, возникают участки тканей черного цвета, кожные пузыри, наполненные темной жидкостью. Отторжение отмерших тканей заканчивается на 2-3 неделе, после чего происходит рубцевание, которое продолжается до месяца.

4-я степень – происходит омертвление не только кожи, но и мышц, костей, сухожилий. Кожа после согревания резко синюшная, отек развивается сразу.

При всех степенях обморожения наблюдается побледнение и утрата чувствительности кожи.

Общее охлаждение может наступить и при длительном воздействии на организм пониженной температуры (от -6 и ниже) и при высокой влажности воздуха.

Первая помощь при обморожении

- Поместить пострадавшего в теплое помещение;
- Согреть обмороженный участок тела, растирая рукой или мягкой тканью до появления розовой окраски кожи;
- На пораженную поверхность можно наложить теплоизоляционную повязку;
- Дать теплые напитки: чай, кофе, молоко, бульон;
- После отогревания наложить на обмороженный участок тела мягкую, желательно стерильную повязку, укрыть теплой одеждой или одеялом пострадавшего;
- Для уменьшения боли в поврежденной части тела, дать пострадавшему таблетку аспирина или анальгина;
- Обморожения 1-й степени излечиваются самостоятельно в течении 7 дней. При обморожении других степеней нужно обязательно обратиться к врачу за медицинской помощью.

Что нельзя делать при обморожении!

- растирать поврежденный участок тела снегом;
- быстро отогревать обмороженный участок у костра, в горячей воде или грелками;
- растирать спиртом;
- применять масляные и жирные средства;
- давать пострадавшему алкоголь.