

# ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОТМОРОЖЕНИЯХ И ОБЩЕМ ОХЛАЖДЕНИИ

*Низкие температуры воздуха в холодное время года, особенно при высокой влажности могут приводить к быстрому развитию отморожения.*

*Очень быстро общее охлаждение наступает в холодной воде, а в ледяной воде потеря сознания происходит уже через 15 минут. У людей, заблудившихся в холодную погоду или пожилых людей, проживающих в холодных жилых помещениях, охлаждение развивается медленно (в течение нескольких дней и далее недель).*

## Первая помощь при общей холодовой травме

- Следует избегать неосторожного перемещения пострадавшего, т.к. возможна фибрилляция сердца.
- Пациента транспортируют лежа на спине.
- Необходимо следить за тем, чтобы дыхательные пути оставались свободными.
- Следует избегать быстрого согревания. Если пациент в сознании, на грудь необходимо положить что-нибудь теплое, например одежду.
- Пострадавшему следует вызвать бригаду скорой помощи, и врач определит дальнейшую тактику.

## При локальном поражении холодом возникает:

- Колющая боль;
- Чувство онемения;
- Побледнение;
- Синюшность или мраморность кожных покровов.

## При оказании первой помощи необходимо выполнить:

1. Термоизоляцию отмороженной конечности от окружающей среды. Для этого накладывается из подручных средств теплоизолирующая повязка (шарф, полотенце и др.), пострадавшему дают горячий сладкий чай.

2. Наложить лангетные повязки, обеспечивающие неподвижность пораженной конечности.

3. Согревание конечности на протяжении: плеч (при поражении кистей), бедер (при поражении стоп).

После оказания само и взаимопомощи необходимо обратиться к хирургу в поликлинику по месту жительства. При необходимости госпитализация в специализированное отделение.

Особо опасно повторное воздействие низких температур, так как патологические процессы развиваются намного быстрее.

**Будьте осторожны и внимательны к себе и окружающим  
в холодное время года! Берегите детей!**