

Профилактика обморожений.

В связи с понижением температуры увеличивается вероятность возникновения обморожений. При длительном пребывании вне помещения, особенно при высокой влажности и сильном ветре, обморожение можно получить осенью и весной при температуре воздуха выше нуля.

Наибольшему риску холодовой травмы подвергаются дети, у которых в силу возраста не завершено формирование систем терморегуляции, и пожилые люди. Повысить вероятность обморожения может, пребывание на морозе в излишне лёгкой, тесной или влажной одежде, длительное сохранение вынужденного неподвижного положения.

К первым признакам обморожения относятся: онемение, чувство покалывания и покраснение поражённого участка кожи. В большинстве случаев, при холодовом поражении ситуацию исправит согревание на протяжении 20-30 минут. Поместите участки, пострадавшие от обморожения, в тёплую, но не горячую воду.

В более серьёзных случаях, если кожа, пострадавшая от мороза белеет, твердеет, покрывается волдырями, надо как можно быстрее обратиться за профессиональной медицинской помощью.

Не растирайте обмороженные участки снегом и не массируйте их, это может привести к усугублению процесса. Ни в коем случае не используйте для согревания электрические грелки, нагревательные приборы, приборы, предназначенные для отопления и открытый огонь. Чувствительность поражённых участков кожи снижена, и такой способ согревания может привести к ожогу. Предотвратить травмирующее воздействие холода поможет одежда, сохраняющая тепло. Максимально эффективно согреют несколько слоёв свободной одежды, надетые один на другой.

Опаснее всего сочетание обморожения с переохлаждением. Такое состояние сопровождается понижением температуры тела, непрекращающейся дрожью, чувством усталости, сонливостью, появляется спутанность сознания, невнятная речь, нарушение координации движений», – говорится в сообщении.

Такого человека следует немедленно доставить в теплое помещение, снять холодную одежду и согреть сухим теплом, а также дать теплое питье. Давать ему алкоголь не следует.