



Памятка для родителей о действиях при низких температурах воздуха

Сильное переохлаждение в холодную погоду или морозы может привести к гипотермии или обморожению. В группу риска входят и дети. Наиболее уязвимы для переохлаждения именно маленькие дети. Они, несмотря на всю свою энергичность, также уязвимы для мороза: они не всегда осознают, что замерзли, поэтому взрослым следует следить за тем, чтобы малыши были должным образом

одеты, выходя играть на улицу в зимнее время. Дети, чьи родители, не позаботились о соответствующей теплой одежде, могут стать жертвой переохлаждения.

Обморожение конечностей, являющееся нередким следствием сильного мороза, обусловлено повреждением тканей тела под воздействием низкой температуры. Риск повышается дополнительным фактором - ледяным зимним ветром. Симптомы гипотермии проявляются при длительном пребывании на морозе. Ребёнка может знобить, кожа становится сухой и холодной на ощупь. Чтобы сберечь тепло, организм вынужден замедлять процессы жизнедеятельности. Резко падает пульс, дыхание становится реже, развивается сонливость, сопровождаемая зевотой. Обморожению чаще всего подвержен кончик носа, а также пальцы рук и ног. Вначале охлажденная кожа бледнеет, а затем покрывается красными пятнами и отекает. Для предотвращения этого следует как можно чаще проверять состояние открытых частей тела - особенно лица, включая нос и уши.

При подозрении на гипотермию немедленно обратитесь за врачебной помощью. Оказывая помощь маленьким детям, следует действовать быстро. Занеся ребенка в помещение, немедленно снимите с него промокшую одежду, если такая имеется, и отогрейте в горячей ванне. Согрев малыша, напоите его теплым чаем. Затем можно укрыть его одеялом, проследив, чтобы была накрыта и голова. Дайте теплое питье. Согревать следует не слишком быстро, чтобы ускорение кровообращения не стало непосильной нагрузкой для сердца и головного мозга.

При обморожении ребёнка нужно укутать, используя подручные средства и следя за тем, чтобы была укрыта и голова; затем срочно обратитесь за врачебной помощью. Пораженную холодом конечность тела поместите в теплую, но не горячую воду. При обморожении носа приложите к нему ладони, предварительно вымыв их во избежание инфицирования: тепло рук согреет обмороженный участок. Ни в коем случае нельзя растирать поврежденные участки кожи снегом!

Соблюдайте эти правила и живите в безопасности!