

СИМПТОМЫ СОЛНЕЧНОГО УДАРА

Первые **признаки** перегревания организма - покраснение кожи, вялость, тошнота, головная боль. Может повыситься температура и появиться рвота. В тяжелых случаях - потеря сознания, судороги.



ТЕПЛОВОЙ И СОЛНЕЧНЫЙ УДАР

Тепловой и **солнечный** удар - болезненные состояния, возникающие в результате перегревания организма. **Тепловой удар** чаще всего происходит в жаркую безветренную погоду. **Солнечный удар** наступает при перегревании прямыми солнечными лучами, особенно головы.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ СОЛНЕЧНОМ УДАРЕ

1. Отведите ребёнка в прохладное место.
2. Разденьте его, чтобы ребёнка обдуло ветерком. Если же под руками ничего нет, просто обмахивайте чем-нибудь.
3. Придать горизонтальное положение, чтоб ребёнок лежал на спине с немного приподнятыми ногами (при рвоте - на боку).
4. На лоб, под затылок и на магистральные сосуды, наложить холодные компрессы или охлаждающий пакет. Обеспечить обильным питьём.
6. Приготовьте холодный душ или ванную.
7. Если появились тяжёлые солнечные ожоги и это беспокоит ребёнка, необходимо дать обезболивающее. Ни в коем случае не следует смазывать ожоги маслом, спиртовым раствором или прикладывать лед.
8. Если ничего не помогает, и ребёнок теряет сознание, вызывайте немедленно скорую помощь.