

Памятка об обморожении



В связи с понижением температуры и наступлением холодов увеличивается вероятность возникновения среди населения переохлаждений и обморожений. Комитет гражданской защиты и мобилизационной работы администрации МО «Котлас» обращается к жителям и гостям г.Котлас с просьбой более внимательно относиться к своему здоровью, здоровью своих близких и напоминает несколько простых правил, соблюдение которых поможет избежать переохлаждения и обморожения.

Основные профилактические мероприятия по предупреждению переохлаждения и обморожения:

- правильный подбор одежды, обуви;
- сокращение времени пребывания на холоде;
- активное движение;
- контроль за открытыми участками тела, умение распознать начало процесса обморожения, принять необходимые меры по оказанию помощи;
- согревание открытых холодных участков тела путем их контакта с теплыми частями тела: вложить руки под мышки или между ног, положить руку на ухо, нос, щеку.

Признаки обморожения и общего переохлаждения:

- озноб и дрожь;
- посинение или побледнение губ, кожных покровов;
- потеря чувствительности;
- при отогревании появляются сильные боли, покраснение и отек мягких тканей.

Признаки глубокого обморожения, при которых необходима срочная квалифицированная медицинская помощь:

- чувствительность обмороженных участков не восстанавливается;
- сохраняются сильные боли;
- сохраняется бледность кожных покровов;
- если надавить пальцем на кожу, а затем убрать палец, цвет кожи не меняется;
- появляются пузыри с кровянистым содержимым.

Мероприятия по оказанию первой помощи при общем переохлаждении и обморожении:

- нельзя заставляя пострадавшего энергично двигаться и пить спиртное;
- нельзя проводить массаж, растирание снегом, шерстяной тканью, теплые ванночки, прикладывать грелку, делать согревающие компрессы, смазывать кожу маслами или жирами. Растирание снегом приводит к еще большему охлаждению, а кристаллики льда повреждают кожу, в результате чего может произойти инфицирование;
- необходимо быстро доставить пострадавшего в тёплое помещение, переодеть в теплое и сухое бельё, укутать в одеяло;
- самостоятельно или с помощью помощников вызвать скорую медицинскую помощь;
- если пострадавший находится в сознании предложить ему обильное горячее сладкое питьё.
- обязательно соблюдение постельного режима и возвышенное положение отмороженных конечностей.

**Единый номер вызова
экстренных служб – 112**

Комитет гражданской защиты
и мобилизационной работы
администрации МО «Котлас»

Памятка школьнику об обморожении

Во время загородных пеших или лыжных прогулок нас может подстеречь такие опасности как переохлаждение и обморожения.

Морозы при сильном ветре, длительное воздействие низких температур вызывают обморожение, и часто сильное. Обморожение возможно и при небольшой температуре, но при повышенной влажности, а также, если на человеке мокрая одежда. Чаще всего страдают пальцы рук, ног, ушные раковины, нос и щёки.

Признаки переохлаждения:

- озноб и дрожь;
- нарушение сознания (заторможенность и апатия, бред и галлюцинации, неадекватное поведение);
- посинение или побледнение губ;
- снижение температуры тела.

Признаки обморожения конечностей:

- потеря чувствительности;
- кожа бледная, твёрдая и холодная наощупь;
- нет пульса у лодыжек;
- при постукивании пальцем слышен деревянный звук.

Первая помощь при переохлаждении и обморожении:

Доставить пострадавшего в помещение и постараться согреть. Лучше всего это сделать с помощью ванны, температура воды в которой должна быть от 30 до 40 градусов (в случае обморожения конечностей, сначала опускают их в воду с температурой 20 градусов и за 20-30 минут доводят температуру воды до 40 градусов).

После согревания, следует высушить тело, одеть человека в сухую тёплую одежду и положить его в постель, укрыв тёплым одеялом. Дать тёплое сладкое питьё или пищу с большим содержанием сахара.

При обморожении нельзя:

- Растирать обмороженные участки тела снегом.
- Помещать обмороженные конечности сразу в тёплую воду или обкладывать тёплыми грелками.
- Смазывать кожу маслами.

Телефоны экстренных служб:

Пожарная охрана - 01

Полиция - 02

Скорая помощь - 03

Служба спасения – 055

Единый номер вызова экстренных служб – 112



Комитет гражданской защиты
и мобилизационной работы
администрации МО «Котлас»

