

Тепловой удар — патологическое состояние организма, обусловленное общим перегреванием организма. Солнечный удар — разновидность теплового удара, возникающая при прямом действии солнечных лучей на голову ребенка.



Существуют предрасполагающие факторы теплового удара: слишком теплая одежда, недостаточное питье, избыточный вес ребенка. Тепловой удар может возникнуть и в помещении, если в нем жарко и душно. Очень важно, чтобы в жаркую солнечную погоду на ребенке была качественная детская одежда: из натуральных материалов, а не из синтетики. В этом случае воздух будет лучше циркулировать и риск наступления перегрева гораздо меньше.

Прогулки под солнцем с непокрытой головой могут привести к

солнечному удару. Вначале у ребенка может отмечаться возбуждение, покраснение лица, головная боль, тошнота, рвота. По мере ухудшения состояния поднимается температура тела, а кожа становится сухой и горячей, потоотделение прекращается, учащается сердцебиение, возникает огушенность, возможна периодическая потеря сознания. В тяжелых ситуациях могут наблюдаться нарушения со стороны дыхательной системы (частое и поверхностное дыхание), нервной системы (судороги, галлюцинации, бред) и др.



Симптомы перегревания

Вялость. Тошнота.

Головокружение.

Сильное потоотделение.

Жажда.

Температура тела может повышаться.

Когда обращаться к врачу

Если температура тела высокая (39-41 °С) и ребенок не потеет. Возможно, что у него тепловой удар, который может иметь очень серьезные последствия, поэтому необходимо вызвать «скорую».

Если температура у ребенка выше 38,5 °С - обратитесь к врачу.

Если симптомы перегревания не исчезают через 1-2 часа и даже усиливаются — обратитесь к врачу.

Первая помощь при перегревании

Удалите ребенка с прямого солнечного света в прохладное помещение и уложите его.

Расстегните на ребенке одежду.

Если у ребенка нет рвоты, давайте ему воду или соки каждые 10-15 минут.

Прикладывайте к коже ребенка мокрую прохладную ткань и включите вентилятор либо обмахивайте ребенка полотенцем.

Симптомы теплового удара

Отсутствие пота.

Горячая покрасневшая кожа.

Головная боль или головокружение.

Путанность сознания.

Тошнота, рвота.

Судороги.

Неровный или слабый и частый пульс.

Потеря сознания.

Высокая температура тела (39-41 °С).

Первая помощь при тепловом ударе

1. Проверьте, нет ли у ребенка признаков шока. Если у ребенка кружится голова, если он теряет сознание, а кожа его становится бледной, холодной и влажной, если дыхание у него поверхностное и учащенное, а пульс слабый и частый.

ВНИМАНИЕ! При тепловом ударе нельзя давать ребенку лекарства или тонизирующие средства (например, крепкий чай и кофе).

2. Удалите ребенка с прямого солнечного света. Отведите или унесите ребенка в тень или прохладное помещение. Уложите его на спину, немного приподняв ноги. Расстегните или снимите с него одежду.

3. Если вы подозреваете у ребенка тепловой удар, вызовите неотложную помощь и при ступайте к снижению температуры. Это можно делать любым из перечисленных способов:

-усадите ребенка в ванну с прохладной, но не холодной, водой, доходящей ему до пупка, и растирайте его тело губкой или полотенцем;

-поставьте ребенка под прохладный душ или обливайте его водой из садового шланга;

-поместите ребенка в прохладную комнату, уложите рядом с вентилятором или кондиционером и заверните в мокрые простыни или полотенца.

4. Когда температура тела снизится до 39 °С, вытрите ребенка, уложите и накройте сухой простыней.

5. На лоб, а также подключичные, подмышечные, локтевые, паховые, подколенные области (где проходят крупные сосуды) наложите прохладные примочки.

6. Давайте обильное питье, воду при этом можно чуть подсолить.

7. Обмахивайте ребенка полотенцем или поместите его рядом с вентилятором или кондиционером. Если температура тела снова поднимется, повторите одну из охлаждающих процедур.



МБДОУ д/с №20
Г. Тимашевск

Тепловой и солнечный удар. Первая помощь.



Подготовила воспитатель
Головко Е.Н.
Июль 2020