

ПАМЯТКА НАСЕЛЕНИЮ

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ПЕРЕОХЛАЖДЕНИИ



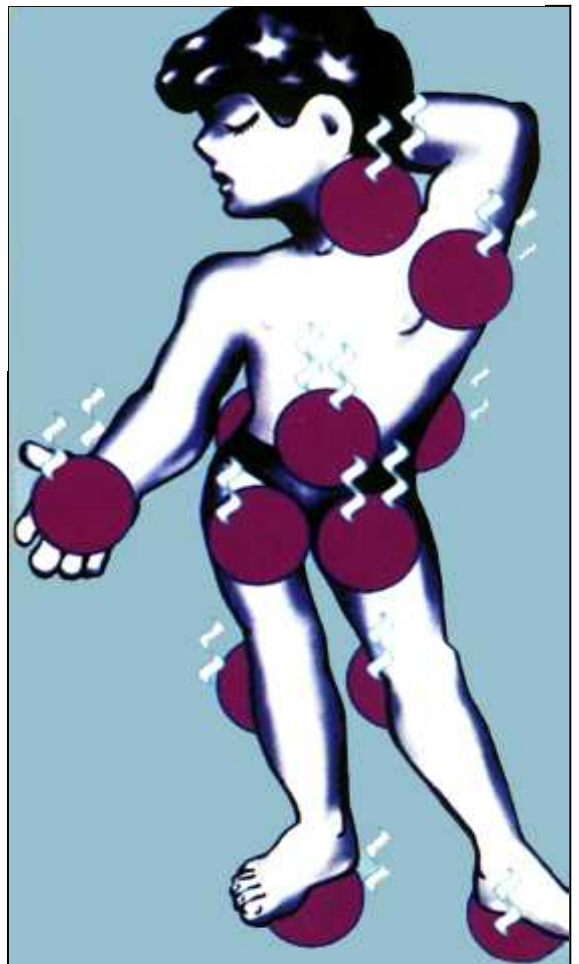
ПРИЗНАКИ ПЕРЕОХЛАЖДЕНИЯ

1. Озноб и дрожь.
2. Нарушение сознания – заторможенность и апатия, бред и галлюцинации, неадекватное поведение.
3. Посинение (побледнение) губ.
4. Снижение температуры тела.

ЧТО ДЕЛАТЬ?



1. Дополнительно укрыть.
2. Предложить теплое, очень сладкое питье или пищу.
При возможности дать 50 мл алкоголя (лучше водки или коньяка).
3. В течение 1 часа доставить в теплое помещение.
4. В теплом помещении – немедленно снять одежду, поместить пострадавшего в ванну с водой, нагретой до 35-40°C. (Убедитесь, что температура воды не выше этого порога – она должна быть терпима для локтя). Или обложить пострадавшего теплыми грелками.



ГРЕЛКИ СТАВИТЬ НА:

1. Стопы.
2. Подколенные ямки.
3. Внутреннюю поверхность бедер.
4. Поясничную область.
5. Живот.
6. Подмышки.
7. Шею.

Температуру грелок проверьте локтем, чтобы не обжечь пострадавшего.

ПОСЛЕ ВАННЫ

1. Укрыть пострадавшего теплым одеялом или надеть на него сухую теплую одежду.
2. До прибытия врача продолжать давать теплое сладкое питье.

НЕДОПУСТИМО

сажать пострадавшего в ванну с температурой ниже +30°C

НЕДОПУСТИМО

давать повторные дозы алкоголя или предлагать его пострадавшему в алкогольном опьянении