Вірогідність отримати у спеку сонячний або тепловий удар найбільша у дітей та людей, які страждають серцево-судинними захворюваннями

теплового удару

Втрата свідомості

Збільшення зіниць

Носова кровотеча

Блювота, жага

Утруднене дихання

Пришвидшений пульс

Підвищення температури до 39С вище 39,5 С

Біль у м'язах

Суха та гаряча шкіра

сонячного удару

Сильний головний біль

Потемніння в очах

Запаморочення

нудота

Почервоніння обличчя

Якщо поряд вами людина від спеки втратила свідомість, приведіть її до тями, викличте «Швидку допомогу».

Якщо зі стану непритомності вивести людину не вдається, робіть штучне дихання та непрямий масаж серця

Перенести постраждалого В затінок або в прохолодне приміщення

Вкласти людину на спину, голову підняти

Зняти одяг, розв'язати пасок

Тіло обтерти холодною водою, обгорнути вологим простирадлом

На голову покласти холодний компрес

Дати випити холодний напий

Осторожно! Солнце