

Перша допомога при сонячному і тепловому ударах



Сонячний удар – стан, що виникає внаслідок сильного перегріву голови прямими сонячними променями, в результаті чого розширюються мозкові кровоносні судини, відбувається приплив крові до голови. Частіше сонячний удар відбувається в безвітряну погоду при високій вологості повітря. Перші ознаки удару:

почервоніння обличчя та сильний головний біль. Далі можуть приєднатися: нудота, запаморочення, шум у вухах, потемніння в очах, блювота, задишка, втрата свідомості.

Тепловий удар – стан викликаний загальним перегрівом організму під впливом надмірного підвищення навколишньої температури. Головною причиною перегрівання є порушення терморегуляції (при фізичній перенапрузі, зневодненні організму, порушенні функції потових залоз). Перші ознаки теплового удару: млявість, головний біль, запаморочення, почервоніння обличчя, підвищення температури тіла, сонливість, блювота, марення. Якщо ж причини перегріву не були вчасно усунені, може бути тепловий удар, що супроводжується блідістю, посинінням шкірних покривів, шкіра при тепловому ударі холодна та вкрита потом, пульс нитковидний, спостерігається втрата свідомості.

Ознаки сонячного та теплового удару:

1. висока температура тіла, іноді досягає 41°C ;
2. червона, гаряча суха шкіра;
3. роздратованість, втрата свідомості;
4. прискорене поверхневе дихання.



Надання домедичної допомоги постраждалим при сонячному та тепловому ударі:

- 1) перед наданням допомоги переконатися у відсутності небезпеки для себе, оточуючих, постраждалого та тільки за її відсутності перейти до наступного кроку;

- 2) заспокоїти постраждалого та пояснити свої наступні дії;
- 3) здійснити виклик екстреної медичної допомоги та дотримуватись вказівок диспетчера прийому виклику;
- 4) припинити дію тепла на постраждалого, перемістити у прохолодне приміщення;
- 5) визначити внутрішню температуру тіла:
- 6) застосувати доступний метод охолодження постраждалого:



- ✓ якщо визначена внутрішня температура тіла складає понад 40 °С, повністю занурити постраждалого у холодну воду з температурою 18–26 °С;
 - ✓ повне занурення слід продовжувати поки внутрішня температура тіла постраждалого не буде нижче 39 °С;
 - ✓ під час занурення слід тримати голову постраждалого над водою;
 - ✓ якщо повне занурення постраждалого у холодну воду не доступне, використайте:
 - а) обкладання тіла постраждалого холодними пакетами;
 - б) обдування тіла постраждалого вентиляторами або попередньо наклавши на тіло вологі серветки;
- 7) забезпечити постійний нагляд за постраждалим до приїзду бригади екстреної (швидкої) медичної допомоги;
 - 8) за умови збереження свідомості слід давати постраждалому пити велику кількість рідини;
 - 9) при погіршенні стану постраждалого до приїзду бригади екстреної (швидкої) медичної допомоги повторно здійснити виклик екстреної медичної допомоги;
 - 10) за можливості зібрати у постраждалого чи оточуючих максимально можливу інформацію стосовно обставин виникнення теплового удару. Всю отриману інформацію передати працівникам бригади (швидкої) медичної допомоги.