

## Первая помощь при обморожениях у ребенка

Обморожение происходит под воздействием низких температур, а его результатом может стать повреждение частей тела или даже их омертвление. Достаточной для обморожения может стать температура ниже  $-10^{\circ}\text{C}$  -  $-20^{\circ}\text{C}$ . При этой температуре происходят сосудистые изменения, спазмируются мелкие кровеносные сосуды. При температуре ниже  $-30^{\circ}\text{C}$  уже гибнут клетки. Ниже  $-34^{\circ}\text{C}$  происходит общее охлаждение организма. Это более распространенные условия для обморожения, характерные для зимнего периода. Но даже весной или осенью, при температуре окружающей среды выше  $0^{\circ}\text{C}$  можно получить обморожение кожи. Причинами обморожения будут: сильный ветер, высокая влажность, длительное пребывание на улице.

Обморожения у детей – далеко не редкость. Среди самых частых именно детских обморожений – железное обморожение. Дети любят проверять, прилипает ли язык к ручке двери. В этом случае, нужно полить теплой, но не горячей водой на прилипший к железу язык. Если есть рана, нужно обратиться к врачу.

**Чтобы не произошло случайное обморожение у ребенка, обязательно надевайте ему варежки. Стоит быть аккуратными при прогулках на улице в мороз:**

- не катать ребенка на качелях;
- не разрешать лазить по металлическим снарядам;
- не давать лопатку с металлической ручкой;
- металлические детали санок нужно укутать одеялом.

**ПОМНИТЕ**, что у малышей организм еще не приучен регулировать теплообмен, поэтому маленькие дети наиболее склонны к обморожению. Младенцы даже при  $0^{\circ}\text{C}$  могут получить обморожение. Детки постарше тоже могут сильно замерзнуть без движения, постояв, посидев на улице продолжительное время. Не стоит забывать и о том, что промокшая одежда – дополнительный фактор обморожения. Дети могут пропотеть от лишней одежды или игры в снежки, других подвижных игр. Самые доступные для мороза участки на теле ребенка: щечки, подбородок, пальцы рук, носик, ушки. Если произошло обморожение ног, нужно нести ребенка на руках, а не заставлять бежать, стучать ножками для согревания.

**Обморожение у детей можно определить по признакам:**

- бледная, холодная кожа с мурашками или белыми пятнами;
- дрожь;
- сонливость или излишняя разговорчивость;
- трудности с произношением слов, отрывистость речи;
- кожа теряет чувствительность, становится твердой на ощупь;
- температура тела около  $35^{\circ}\text{C}$ .
- бледность кожных покровов, посинение;
- потеря чувствительности, онемение;
- покалывание в онемевших участках тела;
- появление волдырей, как при [ожогах](#).

## Первая помощь при обморожении:

- срочно обеспечить ребенку теплое помещение;
- дать ребенку теплое питье;
- не дать уснуть;
- если на пальцах или запястьях ребенка есть какие-либо украшения – немедленно снять, пока не развился отек, также нужно снять носки.
- в тепле медленно отогревать обмороженные участки. Укутайте ребенка одеялами, подложите теплые грелки.
- если у ребенка слабость, сильные отеки в местах обморожения или появились волдыри – немедленно вызывайте скорую помощь.
- При легкой степени обморожения, помещаем ребенка в теплую ванну с температурой 36-37°C, доводим в течение 40 минут до 40°C.
- Аккуратно массируем части тела.
- После ванны вытираем ребенка, накладываем повязки из марли, ваты и целлофана, заворачиваем в шерстяную ткань.
- Если произошло обморожение пальцев, то обязательно следует проложить между ними полоски бинта.
- Напоите ребенка горячим молоком или чаем.
- Выбирайте одежду и обувь для детей из качественных материалов, которые не позволят ребенку промокать и замерзнуть. Не нужно толстого комбинезона. Ребенок не должен в нем потеть. Лучше купить термобелье и надевать от -15°C. Обувь и перчатки должны быть водонепроницаемы.

## Что нельзя делать при обморожении:

- нельзя растирать снегом;
- резко согревать;
- растирать обмороженные места;
- отогревать замерзшие части тела под горячей водой, на горячей батарее – это спровоцирует сильные отеки;
- сажать ребенка в горячую ванну;
- давать ребенку спиртное, чтобы согреть;
- протыкать волдыри;
- НЕЛЬЗЯ при обморожениях проводить быстрое нагревание, при глубоком обморожении втирать жир, масла, спирт!

**Если у ребенка 1 степень обморожения, т.е. без волдырей, то выздоровление наступает на вторые – третьи сутки. В остальных случаях может потребоваться госпитализация.**