



ФБУЗ МСЧ № 9 ФМБА России

НЕОТЛОЖНАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ПОРАЖЕНИИ МОЛНИЕЙ

-  Пострадавший от удара молнией нуждается в незамедлительной медицинской помощи, поэтому нужно вызвать скорую.
-  Тело пораженного молнией не находится под напряжением, в отличие от других электротравм. Поэтому к человеку можно смело прикасаться, резиновые перчатки и другая защита не нужны.
-  Если пострадавший не дышит, немедленно приступают к искусственному дыханию, уложив человека на спину на твердую поверхность.
-  Оценивают сердечную деятельность, прощупав пульс на сонной артерии или приложив ухо к грудной клетке. Если сердцебиение не выслушивается, начинают непрямой массаж сердца.

КАК ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ ЖАРЫ?

ЧРЕЗМЕРНОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ ТЕПЛА — ПРИЧИНА ПЕРЕГРЕВА И ТЕПЛОвого УДАРА

В ГРУППЕ РИСКА:

- Дети
- Пожилые
- Занимающиеся тяжелым физическим трудом в жарких условиях
- Занимающиеся спортом на жаре
- Люди с хроническими заболеваниями
- Принимающие некоторые лекарства



ПРЕДУПРЕЖДАЮЩИЕ ЗНАКИ:

ПЕРЕГРЕВ:

- слабость, головная боль, головокружение
- влажная кожа
- тошнота, рвота



ТЕПЛОВОЙ УДАР:

- красная, горячая, сухая кожа
- нарушение сознания, обморок, судороги



Тепловой удар требует немедленной помощи



ПРИ ПЕРВЫХ ПРИЗНАКАХ:

- Переместить пострадавшего в прохладное место
- Охлаждать — прохладный душ, ванна, влажные полотенца
- Восполнять жидкость
- Вызвать скорую, если состояние тяжелое



ЗАЩИТИТЕСЬ ОТ ЖАРЫ:

- Одежда светлая, легкая, свободная
- Головной убор
- Солнцезащитные средства с SPF15+
- Солнцезащитные очки
- Не ждите чувства жажды — пейте воду
- Оставайтесь в тени с 11 до 16 часов
- Откажитесь от алкоголя и кофеина



VK.COM/MSCH9DUBNA

Вступайте в нашу группу и будьте в курсе важных новостей для здоровья!