

Памятка для родителей "Первая помощь при обморожениях у детей"

Выполнена воспитателем №11 группы Цирульниковой Светланой Дмитриевной

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 гулянии в мороз на улице:

- 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°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°C.



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. Напоейте ребенка горячим молоком или чаем.

Выбирайте одежду и обувь для детей из качественных материалов, которые не позволят ребенку промокать и замерзать. Не нужно толстого комбинезона. Ребенок не должен в нем потеть. Лучше купить термобелье и надевать от -15°C . Обувь и перчатки должны быть водонепроницаемы.

Как проводится первая помощь при обморожении хорошо бы знать каждому заранее, но пусть она не пригодится никому. Кстати, дорогие женщины, в сильные морозы лучше исключить ношение сережек, колец, даже золотых и серебряных.

Есть несколько простых правил, которые позволят избежать переохлаждения и обморожений на сильном морозе:

- ❖ Дети должны носить свободную одежду и обувь – это способствует нормальной циркуляции крови;
- ❖ Предпочтение отдайте многослойной одежде. Одевайтесь как "капуста" - при этом между слоями одежды всегда есть прослойки воздуха, отлично удерживающие тепло. Верхняя одежда обязательно должна быть непромокаемой;
- ❖ Тесная обувь, отсутствие стельки, сырые носки часто служат предпосылкой для появления потертостей и обморожения. Особое внимание уделять обуви необходимо тем, у кого часто потеют ноги. В сапоги нужно положить теплые стельки, а вместо хлопчатобумажных носков надеть шерстяные – они впитывают влагу, оставляя ноги сухими;
- ❖ Не выходите на мороз без варежек, шапки и шарфа;
- ❖ Прячьтесь от ветра - вероятность обморожения на ветру значительно выше;
- ❖ Нельзя позволять обмороженному месту снова замерзнуть – это вызовет более значительные повреждения кожи.
- ❖ На длительную прогулку на морозе следует захватить с собой пару сменных носков, варежек и термос с горячим чаем. Перед выходом на мороз надо поесть - вам может понадобиться энергия;
- ❖ Дети и пожилые люди более подвержены переохлаждению и обморожениям;
- ❖ Если ребенок почувствовал переохлаждение или замерзание конечностей, необходимо как можно скорее зайти в любое теплое место для согревания и осмотра наиболее уязвимых для обморожения мест.
- ❖ Вернувшись домой после длительной прогулки по морозу обязательно убедитесь в отсутствии обморожений конечностей, ушей, носа и т.д. Пущенное на самотек обморожение может привести к печальным последствиям.
- ❖ Отпуская ребенка гулять в мороз на улице, помните, что ему желательно каждые 15–20 минут возвращаться в теплое помещение и согреваться.

В сильный мороз старайтесь не выходить из дому без особой на то необходимости.