



ДОМЕДИЧНА ДОПОМОГА ПРИ ВІДМОРОЖЕННІ ТА ПЕРЕОХОЛОДЖЕННІ

Ознаки відмороження

1



Втрата чутливості
уражених ділянок

2



Відчуття
поколювання
або пощипування

3



Побіління шкіри,
набряклість,
свербіж —
I ступінь
відмороження

4



Пухири та сильний
біль — II ступінь
відмороження

5



Потемніння шкіри
й відмирання ура-
жених ділянок —
III ступінь відмо-
роження

6



Змертвіння шкіри,
м'яких тканин
та кісток —
IV ступінь
відмороження

Симптоми переохолодження



Легке

З'являється «гусяча шкіра», озноб, тремить нижня щелепа, утруднюється мова. Температура тіла падає до 32—34 °C, пульс уповільнюється. За таких симптомів можливе відмороження I—II ступеня окремих ділянок тіла



Середньої тяжкості

Виникає сонливість, шкіра бліда або синювата. Температура тіла падає до 29—32 °C, пульс і дихання уповільнюються. Настає відмороження ділянок тулуба та кінцівок II—IV ступеня



Тяжке

Відбувається втрата свідомості, судоми, можлива блювота. Температура падає нижче 31 °C, пульс і дихання уповільнюються, артеріальний тиск падає. Настає відмороження II—IV ступеня, можливе заledenіння кінцівок

Що робити при відмороженні та переохолодженні



- Якнайшвидше перейдіть у тепле місце
- Випийте гарячий і солодкий напій, поїжте гарячої їжі
- Переодягніться у сухий одяг
- Укутайтеся в ковдру
- На уражені ділянки тіла накладіть теплоізолювальні пов'язки
- Викличте швидку допомогу

Що не можна робити при відмороженні та переохолодженні



- Не вживайте алкоголь. Він розширює судини, тому дає відчуття тепла, але насправді не зігріває
- Не розтирайте відморожені ділянки снігом, маслом або вазеліном. Організм має зігріватися поступово зсередини, без агресивного зовнішнього впливу
- Не відігрівайте відморожені кінцівки біля багаття або в гарячій воді. Це сприяє тромбоутворенню в судинах, що поглиблює процеси руйнування уражених тканин