

СИМПТОМЫ ТЕПЛОВОГО УДАРА

Для того чтобы оказываемая первая помощь не привела к ухудшению состояния или не оказалась бесполезной, важно точно установить диагноз. Это касается любого заболевания.

И для теплового удара есть свои, ярко выраженные симптомы. Что же должно подсказать окружающим, что человек подвергся тепловому удару и ему необходима эффективная первая медицинская помощь при тепловом ударе? Вот как это выглядит:



Тепловой удар

- высокая, под 40 градусов, температура (в тяжелом случае этот показатель может превышать указанную отметку)
- учащенное сердцебиение (тахикардия)
- затуманенное сознание отказ от движения, депрессия
- пониженное или повышенное давление
- изменения состояния кожных покровов (сухость, испарина), на ощупь кожа горячая
- дыхание учащенное, поверхностное
- головокружение и тошнота
- судороги, возможна потеря сознания, в особо тяжелых случаях - кома, спровоцированные оттоком крови от мозга под воздействием высоких температур
- носовое кровотечение (преимущественно у детей)

Наиболее часто подвергаются тепловому удару престарелые люди и дети: у первых, в связи с возрастом и болезнями, терморегуляция работает со сбоями, у вторых - не достигла необходимых параметров. Опасен тепловой удар и для лиц, имеющих сердечно сосудистые заболевания, лишний вес и нарушенное потоотделение. Теперь, когда мы выяснили симптомы теплового удара, первая помощь на очереди.

ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ

Знания не в тягость, тем более, если они помогают спасти жизни. Никогда не предугадывай, когда придется встретиться с тепловым ударом, а умение оказать первую помощь может оказаться единственным шансом для того, кто оказался в беде.

1. Первоначально надо пострадавшего из зоны теплового воздействия: перенести в тень или в более прохладное место и немедленно вызвать скорую помощь.
2. Помещение, куда транспортируют больного, необходимо затемнить и оно должно хорошо проветриваться.



Необходимо перенести человека в тень

3. Желательно придать телу пострадавшего горизонтальное положение. Если это выполнить невозможно, достаточно усадить его на стул.
4. Необходимо снять или ослабить предметы одежды, чтобы ничто не затрудняло дыхание человека.



Уложить пострадавшего и ослабить одежду: ремень, галстук и т.д.

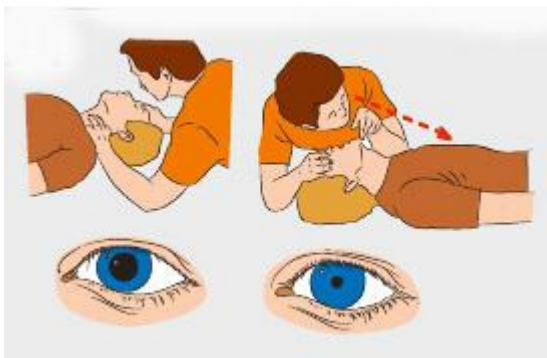
5. Для облегчения дыхания следует положить под язык мятный леденец, таблетку валидола или дать мятные капли. Это необходимо для облегчения дыхания и увеличения притока воздуха в легкие.
6. Поскольку одним из симптомов теплового удара является рвота, лучше снять больному зубные протезы, если они имеются.+
7. Необходимо охладить все тело, поэтому следует или протирать пострадавшего влажным полотенцем, или, что еще более действенно, полностью укутать в мокрую холодную простыню. Можно просто намочить одежду больного.



Положить на тело смоченные холодной водой полотенца

8. Вода необходима и для внутреннего охлаждения. Для этого ее надо подсолить и пить не сразу, а в несколько приемов. Объем примерно 1 литр.

9. Возможно, если общее состояние человека тяжелое, придется прибегнуть к закрытому массажу сердца или искусственному дыханию и инъекции дантролена.



При отсутствии реакции зрачков на свет нужно приступить к сердечно-легочной реанимации

Как видите, первая помощь при тепловых ударах подразумевает под собой достаточно несложные действия, но значительно правильней соблюдать меры предосторожности и не испытывать тепло на терпение.