ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОБМОРОЖЕНИИ

ИНОГДА ОБМОРОЖЕНИЕ НАСТУПАЕТ ПРИ НЕБОЛЬШОМ МОРОЗЕ (ОТ -3°С ДО -5 °С) И ДАЖЕ ПРИ ПЛЮСОВОЙ ТЕМПЕРАТУРЕ, ЧТО ОБЫЧНО СВЯЗАНО С ПОНИЖЕНИЕМ СОПРОТИВЛЯЕМОСТИ ОРГАНИЗМА.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОБМОРОЖЕНИИ/ОТМОРОЖЕНИИ

- **Убрать** с холода (на морозе растирать и греть опасно)
- **Закрыть** сухой повязкой (для уменьшения скорости отогревания)
- **Медленное** согревание в помещении
- **Обильное теплое** и сладкое питье (согреваем изнутри)

ПРИЗНАКИ И СИМПТОМЫ ОБМОРОЖЕНИЯ:

- потеря чувствительности;
- ощущение покалывания или пощипывания;
- **побеление кожи** – 1-я степень обморожения;
- **волдыри** – 2-я степень обморожения (видно только после отогревания, возможно проявление через 6–12 часов);
- **потемнение и отмирание** – 3-я степень обморожения (видно только после отогревания, возможно проявление через 6–12 часов).

ЧЕГО НЕ ДЕЛАТЬ ПРИ ОБМОРОЖЕНИИ:

- не игнорировать;
- не растирать (это приводит к омертвению кожи и появлению белых пятен на коже);
- не согревать резко.

ЧТО ДЕЛАТЬ ДАЛЬШЕ

Отслеживать общее состояние и место обморожения в течение суток.
Доставить пострадавшего к врачу

- если 2–3-я степень обморожения;
- если обморожение у ребенка;
- если обморожение больше ладони пострадавшего.