

Консультация для родителей:

«Осторожно: тепловой и солнечный удар!»



Осторожно - солнце!

Признаки солнечного удара



Головная боль

- Головокружение
- Расширение зрачков



Тошнота

- Шаткая походка
- Общая слабость



Покраснение лица

- Потемнение в глазах
- Учащение пульса

Первая помощь



Уложить пострадавшего в тени

- Освобождение от одежды
- Свежий воздух



Уложить пострадавшего

- Поднять ноги
- Холодное обтирание



Охлаждающие компрессы

- Питье
- Вызвать врача



Специалисты не делают больших различий между этими состояниями. И это понятно. В основе как теплового, так и солнечного удара лежит перегревание организма.

Оформила воспитатель 2 группы
Романченко Т. С.

Тепловой удар

Тепловой удар – это опасное для жизни состояние, которое возникает при воздействии на тело человека повышенной температуры и прямых солнечных лучей.

Первая помощь при тепловом ударе:



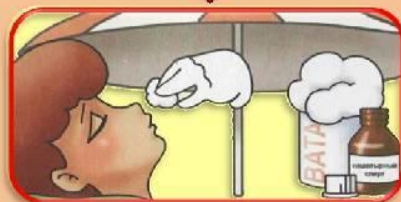
1. Перенесите пострадавшего в прохладное затемненное место.



2. Оботрите мокрой прохладной тканью и сделайте холодный компресс (не ледяной) на изгибы рук и ног, а также, на лоб.



3. При потере сознания поднесите к носу нашатырный спирт на расстоянии 5-10 см от лица.



Причиной теплового удара является затруднение теплоотдачи с поверхности тела. Часто это связано с длительным пребыванием в жаркой, влажной атмосфере.



При

Оформила воспитатель 2 группы
Романченко Т. С.

солнечном ударе возникает нарушение кровообращения в головном мозге. Обычно это бывает, когда ребёнок ходит на солнце с непокрытой головой. Чем меньше возраст ребёнка, тем он чувствительнее к действию жары и солнечных лучей.



Поэтому перегрев организма у маленького ребёнка иногда может уже случиться во время приёма световоздушных ванн. При лёгком солнечном или тепловом ударе симптомы в основном однотипны. Это – головокружение,

слабость, головная боль. У малышей часто отмечается расстройство кишечника.



В тяжёлых случаях могут появиться судороги, рвота, потеря сознания. Во всех таких ситуациях нужно срочно вызвать врача, а до его прихода перенести ребёнка в тень, смочить голову и грудь холодной водой, на переносицу положить холодный компресс, приподнять голову. Дайте ребёнку попить и успокойте его.



В солнечную погоду
всегда надевай головной убор.

Используемые источники:

<https://www.maam.ru/detskij-sad/konsultacija-s-roditeljami-detei-mladshego-vozrasta-1371620.html>;

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2021/07/10/konsultatsiya-dlya-roditeley-ostorozhno-teplovoy-i>;

<https://infourok.ru/konsultaciya-dlya-roditelej-ostorozhno-teplovoj-i-solnechnyj-udar-5468409.html>;

<https://326.tvoysadik.ru/site/pub?id=1940>

Оформила воспитатель 2 группы
Романченко Т. С.