



ОДИМО ЗНАТЬ!



КАК ОТЛИЧИТЬ ТЕПЛОВОЙ УДАР ОТ СОЛНЕЧНОГО?

Как действовать при сильной жаре, засухе?
А ты умеешь отличать тепловой удар от солнечного?

СИМПТОМЫ ТЕПЛОВОГО УДАРА

- Расстройство сознания
- Расширение зрачков
- Отдышка, жажда, рвота
- Температура больше 39,6°
- Носовые кровотечения
- Учащенный пульс
- Мышечные боли
- Сухая горячая кожа

СИМПТОМЫ СОЛНЕЧНОГО УДАРА

- Сильные головные боли
- Покраснение лица
- Головокружение
- Потемнение в глазах
- Тошнота

Первая помощь

Перенеси пострадавшего в тень или в прохладное место



Уложить на спину, голову приподнять



Снять одежду, ослабить пояс



Тело обернуть холодной водой (обернуть влажной простыней)
На голову и лоб приложить холодные компрессы.
Напоить холодной водой.



ПРИ ПОТЕРЕ СОЗНАНИЯ

**НЕ ДОЖИДАЯСЬ ВРАЧА
НАЧАТЬ ИСКУССТВЕННОЕ ДЫХАНИЕ
И ЗАКРЫТЫЙ МАССАЖ СЕРДЦА**

Больше информации на www.spas-extreme.ru

ЕДИНЫЙ ТЕЛЕФОН ЭКСТРЕННЫХ ОПЕРАТИВНЫХ СЛУЖБ - 112