

Консультация для воспитателей  
«Первая помощь детям при тепловом и солнечном ударах»  
«Первая помощь при укусах насекомых»



г. Набережные Челны Республика Татарстан  
МБДОУ «Детский сад № 123 «Акчарлак»  
Старшая медицинская сестра Аглямова Ф.Т.

Солнечный и тепловой удары у детей.

Летом дети максимальное время должны проводить на воздухе. Но, самая большая опасность для дошкольников – перегрев организма, солнечные ожоги, солнечный удар, поскольку маленький ребёнок обладает менее совершенной терморегуляцией и кожа его очень нежна.

Дети дошкольного возраста после недельного курса световоздушных ванн могут начать принимать солнечные ванны. Загорать ребёнку лучше во время игр и движений.

Солнечные ванны в сочетании со световоздушными ваннами, а также водными процедурами оказывают прекрасное укрепляющее действие. Дети становятся устойчивее к простудным, гриппоподобным заболеваниям.

Специалисты не делают больших различий между этими состояниями. И это понятно. В основе как теплового, так и солнечного удара лежит перегревание организма. Причиной теплового удара является затруднение теплоотдачи с поверхности тела. Часто это связано с длительным пребыванием в жаркой, влажной атмосфере. При 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, не переносицу положить холодный компресс, приподнять голову. Дайте ребёнку попить и успокойте его.

Солнечный удар - поражение центральной нервной системы, возникающее вследствие сильного перегрева головы прямыми солнечными лучами, но в некоторых случаях тепловой удар возможен и при нахождении ребенка в тени. В результате происходят значительные изменения в обмене веществ, что приводит к дефициту кислорода в тканях, от которого страдает в первую очередь ЦНС, может развиваться отек мозга, а также нарушаются функции жизненно важных органов и систем.

Причины теплового удара:

- высокая температура окружающей среды, в том числе слишком душная погода и теплая одежда;
- интенсивная изнуряющая физическая нагрузка на организм;

Солнечный удар – это проблема, с которой мы можем столкнуться исключительно в летний период времени, в то время как тепловой удар можно получить и в закрытом помещении, где низкая влажность и высокая температура воздуха.

Признаки теплового и солнечного ударов:

- головокружение;
- головная боль;
- учащенное сердцебиение;
- тошнота;
- холодный пот;
- покраснение кожных покровов лица;
- упадок сил.

В критических случаях человек под действием сильного тепла или солнца может потерять сознание, а температура тела может повыситься до 41°C.

Не все люди в одинаковой степени подвержены опасности получить тепловой или солнечный удар. Существуют предрасполагающие факторы, которые способствуют этому.

### Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударе:

– срочно переместите малыша в прохладное помещение или тень;

– охладите пострадавшего ребенка:

укройте влажной простыней или оботрите водой, сбрызните прохладной водой, сделайте прохладную ванночку для ног, направьте вентилятор или обмахивай веером;

– напоите ребенка прохладной водой

Если малыш вдруг перестал дышать, срочно сделайте искусственное дыхание и вызывайте «скорую». И помните, при солнечном ударе запрещено давать детям лекарства или тонизирующие средства, способные быстро повышать артериальное давление.

### *«Первая помощь при укусах насекомых»*

Укусы пчел, ос, шмелей опасны для людей с повышенной чувствительностью к их укусам (это могут быть и взрослые с чувствительной кожей, но чаще всего чувствительны к укусам дети).

Также укусы опасны, в том случае, если человека укусило не одно насекомое, а сразу несколько или целый рой, поэтому действовать надо будет немедленно! При укусе пчел, ос, шмелей сразу возникает резкая боль, а затем покраснение и отек кожи вокруг укуса. У человека, укушенного насекомым, может быть тошнота и даже рвота или просто общая слабость организма. Если у человека аллергия на насекомых, то может быть и красные высыпания на коже в виде красной сыпи, или так называемой «крапивницы». Если человек вдруг внезапно потеряет сознание после укуса, такое тоже возможно, так как каждый человек индивидуален, и реакция у всех разная.

Потеря сознания – это реакция организма на яд, выделяемый насекомым, в кровь человека. Необходимо сразу принять соответствующие меры, чтобы привести человека в чувства.

Рассмотрим основные правила оказания первой помощи при укусах пчел, ос, шмелей. Правила оказания первой помощи.

Во-первых, необходимо достать жало, если оно осталось на месте укуса. Если есть под рукой пинцет, то жало можно удалить пинцетом, если нет, то доставайте пальцами. Постарайтесь удалить жало целиком, не ломая, особенно если вас укусила пчела, потому как жало у нее имеет не прямую форму «*иглы*» как у осы, а «*иглу*» с зазубринами. Если останутся частицы жала, то рана с останками может загноиться и долго будет заживать. Не рекомендуется излишне торопиться, а наоборот, стараться не спеша и как можно аккуратнее удалить жало из раны.

Во-вторых, если человек потерял сознание можно привести его в чувства, потерев виски нашатырным спиртом или дав ему понюхать его.

В-третьих, необходимо приложить к месту укуса марлевую салфетку или ватный тампон, смоченный раствором перекиси водорода и марганцовокислого калия (то есть обыкновенной марганцовкой, водкой, винным спиртом, одеколоном, нашатырным спиртом или просто наложить холодный компресс из холодной воды (*льда*)).

В-четвертых, давайте пострадавшему от укуса насекомых пить много жидкости, чтобы нейтрализовать вредные вещества, попавшие в кровь с ядом. Внимание! Если пострадавший не приходит в сознание или появились осложнения в виде сыпи, не проходящей рвоты, съездите в медпункт или вызовите врача на дом.

Укусы комаров, москитов и других мелких насекомых

Множественные укусы комаров, москитов, слепней, оводов и других мелких насекомых также опасны для человека, особенно для тех, у кого есть аллергия к их укусам. При укусе таких насекомых возникает непродолжительная боль, затем зуд и небольшое покраснение участка кожи. В случае повышенной чувствительности человека к укусам комаров, москитов может появиться аллергия в виде красной сыпи. При укусе комарами, москитами и другими мелкими насекомыми правила оказания первой помощи практически те же, что и при укусе пчел, шмелей и ос. Рассмотрим их.

Правила оказания первой помощи

Во-первых, необходимо удержаться, чтобы не тереть кожу в месте укуса, даже если очень хочется. Хочется напомнить, что и ребенка тоже нужно предупредить, чтобы не расчесывал укус до красноты, так как это приведет к еще большему зуду и длительному заживанию.

Во-вторых, наложите на место укуса марлевую повязку, смоченную нашатырным спиртом или водкой.

Внимание! Если вас укусил малярийный комар, сразу обратитесь в инфекционную больницу за помощью. Малярийный комар отличается от обыкновенного размером, он в несколько раз больше обычного комара.