

Консультация для родителей

Солнечный удар

Солнечный удар — болезненное состояние, расстройство работы головного мозга вследствие продолжительного воздействия солнечного света на непокрытую поверхность головы. Это особая форма **теплового удара**. Солнечный удар сопровождается головной болью, вялостью, **рвотой**, резкой болью в животе. В тяжелых случаях — комой. Симптомы перегревания усугубляются при повышении влажности окружающей среды.



Легкая степень: общая слабость; головная боль; **тошнота**; учащения **пульса** и дыхания; расширение зрачков.

Меры: вынести из зоны перегревания, оказать помощь. При тошноте и рвоте позиционировать больного таким образом, чтобы избежать захлёбывание рвотной массой.

При средней степени: резкая **адинамия**; сильная головная боль с тошнотой и рвотой; огушенность; неуверенность движений; шаткая **походка**; временами обморочные состояния; учащение пульса и дыхания; повышение температуры тела до 39 — 40 °С.

Тяжелая форма теплового удара развивается внезапно: лицо гиперемировано, позже бледно-цианотичное. Наблюдаются случаи изменения сознания от легкой степени до комы, клонические и тонические судороги, непроизвольное выделение мочи и кала, бред, галлюцинации, повышение температуры тела до 41 — 42 °С, случаи внезапной смерти. Летальность 20 — 30 %.

Первая помощь: Пострадавшего необходимо перенести в тень, сделать холодный компресс. В тяжелых случаях — **искусственное дыхание**.

Устранить тепловое воздействие: удалить пострадавшего из зоны перегревания; уложить на



открытой площадке в тени; освободить от верхней одежды; смачивание лица холодной водой, похлопывание по груди мокрым полотенцем; положить на голову пузырь с холодной водой; частое обмахивание; вызвать бригаду скорой помощи.

ПРОФИЛАКТИКА: Во избежание солнечных ударов, в жаркую солнечную погоду рекомендуется носить головные уборы из светлого материала, сильнее отражающего солнечный свет.

