

СОЛНЕЧНЫЙ УДАР - ПОРАЖЕНИЕ ЦЕНТРАЛЬНОЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ, ВОЗНИКАЮЩЕЕ ВСЛЕДСТВИЕ СИЛЬНОГО ПЕРЕГРЕВА ГОЛОВЫ ПРЯМЫМИ СОЛНЕЧНЫМИ ЛУЧАМИ. В результате солнечного удара 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.

Солнечный удар у детей развивается быстрее, чем у более закаленных взрослых, так как механизмы терморегуляции и метаболизма у малышей еще не сформированы в полной мере. Кроме того, кожные покровы головы у детей более уязвимы, чувствительны к воздействию тепла и не обладают достаточными защитными свойствами.

Что предрасполагает к солнечному удару?

Предрасполагают к солнечному удару у детей, наряду с повышенной температурой окружающей среды и прямым воздействием солнечных лучей, высокая влажность; безветренная погода; не соответствующая погоде одежда ребенка; нарушение механизмов терморегуляции, особенно у детей раннего возраста; недостаточный или неправильный питьевой режим в условиях жары; различные заболевания центральной нервной системы.



Признаки солнечного удара у детей

Признаки солнечного удара у детей проявляются очень быстро и могут быть такими:

- ♦ **Внезапная вялость, раздражительность или сонливость. Ребенок часто зеваает, стремится прилечь.**
- ♦ **Сильное покраснение лица.**
- ♦ **Головная боль, повышенная температура.**
- ♦ **Капли пота на лица (испарина).**
- ♦ **Тошнота и рвота.**
- ♦ **Отсутствие реакции на раздражители (отсутствие рефлексов).**
- ♦ **Обезвоживание.**

Солнечный удар у детей может закончиться угрожающими жизни последствиями – потерей сознания, замедлением пульса, асфиксией, сердечной недостаточностью.



Первая помощь при солнечном ударе у ребенка

- ♦ Немедленно перенести ребенка в прохладное помещение, в крайнем случае – в тень.



- ♦ Положить ребенка, придать горизонтальное положение, голову повернуть набок.

- ♦ Полностью накрыть тканью голову. Ткань, пеленка, повязка должны быть смочены в прохладной воде. Вода должна быть комнатной температуры, это важно. Не следует пользоваться льдом, так как он является контрастом в смысле температурного воздействия и может спровоцировать кровоизлияние.



- ♦ Если ребенок в сознании, ему каждые полчаса необходимо давать пить охлажденную очищенную или кипяченую воду.
- ♦ Если в течение получаса состояние ребенка не улучшается, необходимо вызвать скорую помощь.
- ♦ Обратите внимание, если от удара пострадал ребенок в возрасте от рождения до 3-х лет, врача нужно вызвать немедленно.



Держите спички, зажигалки в недоступном для детей месте

Ограничьте доступ к нагревательным приборам (электроплита, обогреватель, фен, плойка, утюг). Объясняйте детям, что горячие предметы трогать опасно.



Оберегайте ребенка от травм:

закрывайте окна, держите в недоступном месте ножи, ножницы и другие опасные инструменты. Для предотвращения падения ребенка из окна или с балкона, будьте предельно внимательны, открывая их. Помните, что москитная сетка не защитит ребенка от падения из окна.

Закрывайте на ключ или устанавливайте специальные фиксаторы

на розетки, шкафчики с химическими веществами (чистящие средства, лаки, стиральный порошок, краски). Храните лекарства в аптечке в недоступном для детей месте.



Следите за ребенком во время водных процедур

не оставляйте без присмотра детей при купании в ванной, следите за ребенком при купании на водоемах, чтобы избежать несчастных случаев на воде.



Не допускайте попадания на кожу горячей жидкости

чайник и бокалы с горячим чаем должны стоять в недоступном для детей месте. Не сажайте ребенка за общий стол и не кормите на руках детей старше 1 года. Приобретите детский столик и стульчик.



Не подпускайте ребенка близко к бродячим животным

во избежание укусов. Не оставляйте его одного в комнате с домашними питомцами. Гуляя с собакой, помните о необходимости использования поводке и наморднике.