

# ПАМЯТКА

## «Оказание помощи при отморожении и общем замерзании»

### Введение

В условиях Севера и Сибири отморожения и общее замерзание встречаются не так уж редко, что обусловлено, главным образом, порой огромными расстояниями между населенными пунктами, плохой проходимость среди гор, лесов и болот и, к сожалению, злоупотреблением алкоголем. В более редких случаях зарегистрированы болезненные состояния, приводящие к потере сознания вне жилья и вдали от него при отсутствии очевидцев, способных оказать необходимую помощь или хотя бы предотвратить действие низких температур.

### 1. Отморожения и оказание помощи при них

Отморожение возникает при местном действии холода на тело. Главную роль при этом играет мороз, но во многом способствуют воздух и ветер. «Нет плохой погоды, есть плохая одежда» – справедливо гласит английская пословица. Действительно, если человек имеет хорошее жилье, полноценное питание и теплую одежду, то он легко переносит низкую температуру. Холод, действуя на сосуды, вызывает их сужение; вследствие этого происходит недостаточное кровоснабжение определенного участка тела, что проявляется побледнением кожи.

Вначале пострадавший ощущает чувство холода, сменяющееся онемением, при котором исчезают боли, а затем и всякая чувствительность. Потеря чувствительности делает незаметным дальнейшее воздействие холода, что чаще всего и приводит к отморожениям.

Как и ожоги, отморожения имеют четыре степени. Однако установить степени повреждения тканей сразу после отморожения трудно. Это возможно только через 12-24 часа, а иногда и позже.

Различают четыре степени отморожений:

**I степень.** Кожа сине-багрового цвета, отечность после отогревания увеличивается, отмечаются тупые ноющие боли.

**II степень.** Поверхностный слой кожи омертвевает. После согревания кожные покровы приобретают багрово-синюю окраску. Быстро развивается отек тканей. В зоне поражения образуются пузыри, наполненные прозрачной или белого цвета жидкостью. Может сохраниться нарушение чувствительности, но в то же время отмечаются значительные боли.

**III степень.** Нарушение кровообращения приводит к омертвлению всех слоев кожи и лежащих под ней мягких тканей. Глубина повреждения выделяется постепенно. В первые дни отмечается омертвление кожи и появляются пузыри, наполненные темно-красной или темно-бурой жидкостью. В последующем развивается гангрена погибших тканей.

**IV степень.** Возникает омертвление всех слоев кожи и глубже лежащих тканей, вплоть до костей.

Отмороженную часть тела согреть, как правило, не удастся. Она остается холодной и абсолютно нечувствительной. Кожа быстро покрывается пузырями, наполненными черной жидкостью. Поврежденная часть тела некротизируется, быстро чернеет.

### Первая медицинская помощь

Необходимо пострадавшего занести в теплое помещение, согреть. Если нет поблизости помещения – разжечь костер. Энергично растереть обмороженные участки тела. **(Но ни в**

**коем случае не растирать снегом!!!).** Если возможно, то можно поместить конечность в теплую воду (30-32°) и за 20-30 минут довести температуру воды до 38-40°. Затем аккуратно высушить чистой тканью, протереть водкой или спиртом и тепло укрыть. Когда возникает боль во время отогревания, то дать пострадавшему обезболивающее (анальгин + димедрол, пенталгин и т. д.)

**Помните:**

- отмороженные участки нельзя смазывать жиром или мазями. Это затрудняет в последующем их обработку;
- нельзя также растирать отмороженные участки тела снегом, так как при этом охлаждение усиливается, а льдинки ранят кожу и способствуют инфицированию;
- не рекомендуется также интенсивно растирать пораженные участки и проводить энергичный массаж. Такие действия при глубоких отморожениях могут привести к повреждению сосудов.

Пострадавшему дать пить теплое питье (чай, кофе).

Затем как можно быстрее доставить пострадавшего в лечебное учреждение.

## **2. Общее переохлаждение и замерзание. Оказание помощи**

Общее переохлаждение и общее замерзание – это поражение организма холодом, что чаще всего наблюдается у людей ослабленных, истощенных и у алкоголиков.

Установлено, что смерть человека наступает в случаях, когда температура тела достигает 20-25°C, хотя жизнь отдельных клеток может сохраняться и при  $t +2^{\circ}$  -  $+3^{\circ}$ . Известны случаи замерзания со смертельным исходом при температуре воздуха  $0^{\circ}$  и даже  $+5^{\circ}$ .

В начальном периоде общего замерзания отмечают чувство усталости, сонливости, человек теряет силы, появляется головокружение, посинение кожных покровов. На этом фоне отмечается замедление пульса на периферических артериях, ослабление сердечной деятельности, падение артериального давления, ослабление и урежение дыхания, прогрессирующее снижение температуры тела. При несвоевременном оказании необходимой помощи наступает гибель пострадавшего.

### **Первая помощь**

Пострадавшего внести в теплое помещение. Если возможно, то поместить в ванну с теплой водой (сначала 32-36°, затем в течение 20-30 минут довести температуру воды до 38-40°). Можно провести растирание всего тела мягкой тканью, смоченной водкой или спиртом и т. д., или рукой до полного согревания. Если пострадавший в сознании, дать выпить ему горячий чай, кофе, немного вина. после разогревания (когда кожа порозовела, чувствительность восстановилась) пострадавшего обтереть спиртом, тепло одеть, укутать в теплое одеяло и организовать транспортировку в лечебное учреждение.