



ТЕПЛОВОЙ И СОЛНЕЧНЫЙ УДАР☀️□□

На пляже опасность может таиться не только на воде. В жаркие дни человек может упасть в обморок, получить тепловые или солнечные удары.

Признаки теплового и солнечного удара:

- слабость, сонливость, головная боль;

- жажда, тошнота;

- возможны учащение дыхания и повышение температуры, потеря сознания.

При проявлении этих симптомов необходимо:

незамедлительно вызвать «скорую помощь»;

перенести или перевести пострадавшего в прохладное место;

приложить холод к голове, шее, груди. Можно вылить на грудь ведро холодной воды;

при судорогах - повернуть на бок, прижать плечевой пояс и голову к полу (к земле);

при потере сознания более чем на 3-4 минуты перевернуть на живот.

Старший инспектор отдела надзорной деятельности
и профилактической работы Госненского района

Ю.В. Сивцова