

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
№12 «Ёлочка» Старооскольского городского округа

Консультация для родителей

Оказание помощи при солнечном ударе у детей

Подготовила воспитатель:
Цветкова С.В.

Старый Оскол

2016



bezopasnost-detej.ru

Маленькие дети имеют весьма несовершенную терморегуляцию, поэтому их организм очень чувствителен к перегреву. И когда летом значительную часть дня ребенок проводит на улице, это увеличивает для него риск обезвоживания и негативного влияния солнечного излучения. Поэтому оказание помощи при солнечном ударе относится к тому виду первой медицинской помощи, который обязана знать каждая мама.

Почему возникает солнечный удар?

Следует помнить, что солнечный удар часто возникает по вине самих родителей, которые часто гуляют с ребенком не ранним утром или вечером, а днем, когда даже в тени сохраняется очень высокая температура воздуха. При этом он часто оказывается под воздействием прямых солнечных лучей. Иногда ребенок одет слишком тепло, в одежду из неподходящей ткани, чаще всего синтетической, которая затрудняет тепло- и влагообмен с окружающей средой.

Ни в коем случае также не следует забывать о ношении головного убора: панама или легкая косынка помогут предотвратить последствия прогулки в летний жаркий полдень, и тогда оказание помощи при солнечном ударе у ребенка не станет объективной реальностью.

Характерные симптомы солнечного удара

Если мама чувствует, что кожа ребенка стала очень горячей и сухой, а сам он постоянно просит пить, скорее всего, у малыша наблюдается начальная стадия солнечного удара. Она также может сопровождаться легкой гиперемией кожи, учащением дыхания и усилением сердцебиения.

Ну а если ребенок жалуется на головную боль, лучше немедленно идти домой и принять меры, чтобы снизить температуру тела, т.к. в особо тяжелых случаях дело может дойти до потери сознания, судорог или галлюцинаций. Тогда оказание помощи при солнечном ударе придется доверить квалифицированному специалисту, чтобы избежать неприятных осложнений, к которым, прежде всего, относится гипертермический шок, сопровождающийся слабым пульсом, повышенной влажностью и низкой температурой кожи, посинением губ и ногтей, потерей сознания. В особо тяжелых случаях у ребенка может развиваться отек внутренних органов и мозга.

Что нужно делать при солнечном ударе?

Если все же малыш получил солнечный удар, необходимо помнить, что оказание помощи при солнечном ударе включает в себя следующие меры: необходимо завести ребенка в более-менее прохладное помещение, снять тесную одежду и обувь, обернуть его мокрой простыней или включить

кондиционер (вентилятор в случае его отсутствия). Также не помешает сделать малышу прохладный душ или ванну, или приложить к шее, спине, паху и подмышкам пакетики со льдом. Кроме того, ребенка можно напоить солевым раствором (две столовые ложки соли на литр воды), чтобы предотвратить обезвоживание и потерю солей с потом.

Чтобы предотвратить солнечный удар, необходимо одевать ребенка в одежду из натуральных тканей, не позволять ему играть под прямыми солнечными лучами, обязательно надевать головной убор и давать много жидкости.

