

Как не пострадать от низких температур воздуха



С начала осенне-зимнего сезона уже зарегистрированы первые случаи обморожения частей тела. От низкой температуры воздуха пострадали двое мужчин. Один житель г.Ишима прошел лечение в хирургическом отделении областной больницы №4, второй находится на лечении в больнице села Абатское. Оба оказались на больничной койке с обморожением нижних конечностей.

Обморожение случается, когда ткани тела замерзают под воздействием холодных температур или ветра. Пальцы рук и ног, уши и нос чаще всего поддаются обморожению, так как в холоде согреть их намного труднее.

Получить обморожение можно и при температуре + 2-4 градуса по Цельсию. Этому способствуют ветреная погода и высокая влажность воздуха. Кроме того, если вы одеты в тесную и влажную одежду и обувь, долго стоите на одном месте, устали или голодны, то быстрее замерзнете. Человек также легко может получить обморожение, если находится в состоянии алкогольного опьянения.

Так как обморожение может привести к постоянным повреждениям кожи, очень важно следить за погодой, правильно одеваться и в случае обморожения немедленно обратиться за помощью. Растирать поврежденное место снегом или варежкой ни в коем случае нельзя. От мороза кожа становится хрупкой, кровоснабжение нарушается, поэтому ее легко повредить. Не стоит также пытаться согреть руки или ноги в очень горячей воде – это может привести к некрозу тканей.

При обморожении первой-второй степеней нужно согреть пораженный участок в теплой воде, соответствующей температуре человеческого тела. Если нет пузырей, можно сделать легкий массаж. Также пострадавшему необходимо выпить теплый чай, молоко или бульон. Главное – отогреться постепенно.

При обморожении третьей-четвертой степеней нужно фиксировать пораженные конечности и наложить на них теплоизолирующую повязку. Также пострадавшему необходимо дать горячее питье. В данной ситуации человеку требуется квалифицированная медицинская помощь и госпитализация.

Автор: Жанна Стрижак, пресс-служба ГБУЗ ТО «ОБ №4» (г.Ишим)