

Обморожение

Зима. Любимое время года у многих. Снег, холод, санки, лыжи, снежки. Но в связи с понижением температуры увеличивается вероятность возникновения переохлаждений и обморожений.

Обморожение — это повреждение тканей, вызванное воздействием холода.

Под воздействием низких температур, повышенной влажности, ветреной погоде мелкие кровеносные сосуды, в первую очередь, на выступающих частях тела спазмируются, кровообращение нарушается, клетки и ткани испытывают дефицит кислорода и питательных веществ, вследствие чего начинают отмирать.

Чаще всего отмрывают выступающие части тела:

- уши
- нос
- пальцы рук
- пальцы ног

Обморожение чаще всего случается у людей, которые:

- длительное время находятся на улице, при этом мало двигаются;
- носят тесную обувь или одежду, пережимающую кровеносные сосуды (тесные джинсы, утягивающие колготки, врезающиеся ремни);
- находятся в состоянии алкогольного опьянения;
- страдают болезнями сердечнососудистой и эндокринной систем;
- курят



Наиболее легким считается обморожение **I степени**. Симптомами травмы являются побледнение или покраснение кожных покровов, пощипывание, покалывание, боль. Иногда, наоборот, поврежденная часть тела не имеет и теряет чувствительность.

II степень

Кожа сначала бледнеет, а потом может приобрести синеватый оттенок. Чувствительность пропадает, на ощупь повреждённые участки тела более холодные. Через некоторое время появляются пузыри, очень похожие на те, что возникают при ожоге.



Обморожения III степени характеризуются необратимыми изменениями в поврежденный тканях — их некрозом. Травма сопровождается сильной болью.

При **IV степени** тяжести необратимые некротические изменения происходят не только в коже, но также в мышцах, суставах и костях. Поврежденная часть тела становится синюшно-черной, образуется отек, чувствительность отсутствует полностью. При обморожении четвёртой степени чаще всего прибегают к ампутации.



Могут одновременно наблюдаться обморожения нескольких степеней тяжести. Одновременно с этим происходит переохлаждение организма, при котором температура тела человека падает до 34 градусов и ниже.

Первая помощь при обморожениях

1. Переместить пострадавшего в тепло. Если это невозможно, подвергшиеся воздействию холода части его тела нужно закрыть и укутать. Ни в коем случае не растирать варежками, снегом! Растирание снегом приводит к еще большему охлаждению, а кристаллики льда повреждают кожу, в результате чего может произойти инфицирование.
2. Когда пострадавший уже находится в тепле, избавить его от обуви и одежды укутать одеялом, обмороженные участки тела укутывать в последнюю очередь. Если на обмороженной коже нет волдырей, ее нужно разогреть лёгким растиранием (осторожный массаж, дыхание, лёгкие поглаживания).
3. Кожу с обморожениями 2-4 степени не растирать ни в коем случае! Также нельзя использовать грелки, батареи, теплую струю воздуха из фена. Нельзя наносить на обмороженную кожу жиры и масла. Отогревание должно быть постепенным. Можно использовать собственное дыхание, повязку из ваты и марли, лоскут натуральной ткани, которые будут постепенно согревать участок тела. Чтобы сохранить тепло, сверху на ткань можно наложить слой из kleenки или прорезиненной ткани.
4. Напоить пострадавшего согревающим напитком. Это ни в коем случае не должен быть алкоголь! Подойдут горячий чай, бульон, любая теплая пища.
5. При сильных болевых ощущениях можно использовать анальгетики (анальгин, нурофен).
6. При так называемом «железном» обморожении – это когда ваше чадо додумалось лизнуть на морозе металл и прилипло к нему, нельзя применять силу в попытках «разлучить» их.

Успокойте ребёнка, не кричите! Крик может еще больше напугать ребенка и спровоцировать резкое движение, и слизистая прилипшего языка или губ повредится. Тёплая вода – всё, что может постепенно нагреть металл, полейте ее между прилившим языком и железом, в результате чего через некоторое время пострадавший отлипнет самостоятельно. Если воды нет, попросите ребенка дышать, направляя воздух на металл. Попробуйте так же целенаправленно дышать сами. Возможно, от теплого дыхания лед растает, и вы сможете освободить малыша. Но если все же случилось так, что малыш дернулся и повредил нежную слизистую оболочку языка, то после обязательно обработайте рану перекисью водорода, чтобы не занести инфекцию.

Следующие несколько дней, пока слизистая не восстановится, кормить ребенка придется перетертой пищей, так как в пережевывании язык тоже активно участвует. Следите, чтобы еда не была горячей, это также может причинять боль.

7. Вызвать врача. Это обязательный пункт при оказании помощи человеку, пострадавшему от обморожения.



БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

Фельдшер ОМП БУ «ЛГБ»

З.А. Свинтицкая