СОЛНЕЧНЫЙ УДАР

Солнечный удар определяется как болезненное состояние, спровоцированное перегревом организма, в частности, головного мозга, из-за воздействия ультрафиолетовых лучей непосредственно на голову.

Симптомы солнечного удара

Признаки солнечного удара **легкой степени:**
слабость, ухудшение общего самочувствия;
сильные головные боли;
тошнота, которая нередко сопровождается рвотой;
учащенное сердцебиение, пульс и дыхание;
расширенные зрачки.

Симптомы солнечного удара **средней тяжести:**
адинамия - снижение двигательной активности, шаткая походка;
головная боль, сопровождающаяся рвотой и тошнотой;
головокружение;
сухость во рту, постоянное чувство жажды;
полное отсутствие аппетита;
носовое кровотечение;
повышение температуры тела до отметки в 40 °С.

Тяжелая форма возникает внезапно, если своевременно не была оказана первая помощь. В первую очередь изменяется оттенок кожных покровов, он приобретает бледно-цианотичный цвет. Ухудшается сознание, нередко наблюдаются галлюцинации. Нарушается двигательная активность частей тела и отдельных органов, что провоцирует появление судорог, непроизвольного выделения кала и мочи. Температура тела достигает отметки в 41°С, что вызывает появление ряда осложнений. В 30% случаев наблюдается смертельный исход.

Первая помощь при солнечном ударе

Правила и последовательность оказания первой помощи:
Переместите пострадавшего в темное прохладное место, где наблюдается хорошая циркуляция воздуха.
Помогите человеку принять лежачее положение, подложив под голову валик из одежды.
Если наблюдается тошнота или рвота, голову обязательно следует повернуть на бок, чтобы обеспечить нормальное отхождение рвотных масс.
Приподнимите ноги пострадавшего, поместив под щиколотки одежду или сумку.
Снимите одежду, особенно ту, которая стесняет движение, затрудняет дыхание.
Дайте пострадавшему выпить прохладной воды, чем больше, тем лучше.
Положите на лицо холодный компресс.
Если пострадавший потерял сознание, следует поднести к носу ватный тампон, пропитанный нашатырным спиртом.
Для оказания квалифицированной медицинской помощи пострадавшего необходимо как можно скорее доставить в ближайшее лечебное учреждение.

Министерство здравоохранения Республики Беларусь
Минский городской исполнительный комитет
Минский городской центр гигиены и эпидемиологии

SUNSTROKE

Sunstroke is defined as a painful condition caused by overheating of the body, in particular the brain, due to the direct exposure of the head to ultraviolet rays.

Sunstroke symptoms

Mild sunstroke symptoms:
weakness general discomfort;
severe headache;
nausea which is often accompanied by vomiting;
rapid heart rate, pulse and breathing;
pupillary dilation.

Moderate sunstroke symptoms:
adynamia, a decrease in motor activity, unsteady walk;
headache accompanied by vomiting and nausea;
dizziness;
dry mouth, constant thirst;
a complete absence of appetite;
nose bleed;
a temperature rise to 40 °C.

Severe form occurs suddenly if first aid was not provided in a timely manner. First, the shade of the skin changes, it becomes pale and cyanotic. The consciousness worsens, hallucinations are observed quite often. The physical activity of body parts and single organs is disturbed, which provokes the appearance of convulsions, involuntary feces output and urine flow. The body temperature reaches 41°C which causes a number of complications. There are 30% cases with a fatal outcome.

First aid in case of sunstroke

Rules and sequence of first aid treatment:
Move the injured person to a dark cool place where there is good air circulation.
Help the person take an accumbent position by placing a roller from clothing under his head. If nausea or vomiting is observed, the head should be turned to the side to ensure normal discharge of vomit masses.
Lift the legs of the injured person by placing clothing or a bag under his ankles.
Take off clothes, especially those that hamper movement, make it difficult to breathe.
Give a drink of cool water to the injured person, the more the better.
Put a cold compress to his face.
If the injured person has lost consciousness put a cotton swab soaked in liquid ammonia to the person's nose.
In order to provide qualified medical assistance the injured person should be taken to the nearest medical institution as soon as possible.

The Ministry of Health of the Republic Belarus
The Minsk City Executive Committee
The Minsk city center of hygiene and epidemiology