**Консультация для родителей «Первая помощь при обморожениях у ребенка»**

Обморожение происходит под воздействием низких температур, а его результатом может стать повреждение частей тела или даже их омертвение. Достаточной для обморожения может стать температура ниже -10°С - -20°С. При этой температуре происходят сосудистые изменения, спазмируются мелкие кровеносные сосуды. При температуре ниже -30°С уже гибнут клетки. Ниже -34°С происходит общее охлаждение организма. Это более распространенные условия для обморожения, характерные для зимнего периода. Но даже весной или осенью, при температуре окружающей среды выше О°С можно получить обморожение кожи. Причинами обморожения будут: сильный ветер, высокая влажность, длительное пребывание на улице.Обморожения у детей – далеко не редкость. Среди самых частых именно детских обморожений – железное обморожение. Дети любят проверять, прилипает ли язык к ручке двери. В этом случае, нужно полить теплой, но не горячей водой на прилипший к железу язык. Если есть рана, нужно обратиться к врачу.

**Чтобы не произошло случайное обморожение у ребенка, обязательно надевайте ему варежки. Стоит быть аккуратными при прогулках на улице в мороз:**

* не катать ребенка на качелях;
* не разрешать лазить по металлическим снарядам;
* не давать лопатку с металлической ручкой;
* металлические детали санок нужно окутать одеялом.

**ПОМНИТЕ**, что у малышей организм еще не приучен регулировать теплообмен, поэтому маленькие дети наиболее склонны к обморожению. Младенцы даже при О°С могут получить обморожение. Детки постарше тоже могут сильно замерзать без движения, постояв, посидев на улице продолжительное время. Не стоит забывать и о том, что промокшая одежда – дополнительный фактор обморожения. Дети могут пропотеть от лишней одежды или игры в снежки, других подвижных игр. Самые доступные для мороза участки на теле ребенка: щечки, подбородок, пальцы рук, носик, ушки. Если произошло обморожение ног, нужно нести ребенка на руках, а не заставлять бежать, стучать ножками для согревания.

Обморожение у детей можно определить по признакам:

* бледная, холодная кожа с мурашками или белыми пятнами;
* дрожь;
* сонливость или излишняя разговорчивость;
* трудности с произношением слов, отрывистость речи;
* кожа теряет чувствительность, становится твердой на ощупь;
* температура тела около 35°С.
* бледность кожных покровов, посинение;
* потеря чувствительности, онемение;
* покалывание в онемевших участках тела;
* появление волдырей, как при [ожогах](https://zdravnica.net/healthy-lifestyle/health-and-beauty/663-solarium-high-risk-of-melanoma.html).

Первая помощь при обморожении:

* срочно обеспечить ребенку теплое помещение;
* дать ребенку теплое питье;
* не дать уснуть;
* если на пальцах или запястьях ребенка есть какие-либо украшения – немедленно снять, пока не развился отек, также нужно снять носки.
* в тепле медленно отогревать обмороженные участки. Укутайте ребенка одеялами, подложите теплые грелки.
* если у ребенка слабость, сильные отеки в местах обморожения или появились волдыри – немедленно вызывайте скорую помощь.
* При легкой степени обморожения, помещаем ребенка в теплую ванну с температурой 36-37°С, доводим в течение 40 минут до 40°С.
* Аккуратно массируем части тела.
* После ванны вытираем ребенка, накладываем повязки из марли, ваты и целлофана, заворачиваем в шерстяную ткань.
* Если произошло обморожение пальцев, то обязательно следует проложить между ними полоски бинта.
* Напоите ребенка горячим молоком или чаем.
* Выбирайте одежду и обувь для детей из качественных материалов, которые не позволят ребенку промокать и замерзать. Не нужно толстого комбинезона. Ребенок не должен в нем потеть. Лучше купить термобелье и надевать от - 15°С. Обувь и перчатки должны быть водонепроницаемы.

Что нельзя делать при обморожении:

* нельзя растирать снегом;
* резко согревать;
* растирать обмороженные места;
* отогревать замершие части тела под горячей водой, на горячей батарее – это спровоцирует сильные [отеки](https://zdravnica.net/health/mens-health/630-is-it-important-not-to-irritate-the-kidneys.html);
* сажать ребенка в горячую ванну;
* давать ребенку спиртное, чтобы согреть;
* протыкать [волдыри](https://zdravnica.net/health/ambulance/516-sunburn.html);
* НЕЛЬЗЯ при обморожениях проводить быстрое нагревание,при глубоком обморожении втирать жир, масла, спирт!

**Если у ребенка 1 степень обморожения, т.е. без волдырей, то выздоровление наступает на вторые – третьи сутки. В остальных случаях может понадобиться госпитализация.**