**Обмороження. Перша допомога обмороженому.**

**Якщо ти одягнений не по сезону, а погода холодна, волога та вітряна, може з'явитися обмороження. Виникає воно не лише при мінусовій температурі, а й при температурі + 3 ... +7оС. Можна обморозитись, якщо:**

**— тісне і мокре взуття;**

**— мокрий одяг;**

**— тривала нерухомість на холодному повітрі, в снігу, під холодним дощем;**

**— під час хвороби та втрати крові.**

**Частіше страждають пальці рук і ніг, вуха та ніс.**

**При обмороженні спочатку відчувається холод, поколювання, печіння, потім оніміння. З'являється біла пляма, що спочатку синіє, а далі чорніє. Тоді потерпілий вже не відчуває болю.**

**Якраз втрата чутливості і веде до того, що людина не помічає небезпечної дії низької температури. А в тканинах тим часом відбувається омертвіння.**

**З'являється слабкість, сонливість, а інколи і втрата свідомості.**

**Існує 4 ступеня враження. Перший — найлегший, четвертий — найважчий, коли шкіра чорніє.**

**На відміну від опіків, навіть при найлегшому ступені обмороження необхідно звертатися до лікаря.**

**Перша допомога обмороженому.**

**— Найкраще обморожену частину тіла занурити у воду кімнатної температури, а за півгодини довести температуру до 40 °С.**

**— Після прийому ванни ушкоджену ділянку шкіри обережно висушити і прикрити чистою пов'язкою.**

**— Якщо на шкірі немає пухирів і омертвіння, обморожені ділянки протирають спиртом, одеколоном і злегка розтирають до почервоніння.**

**— Добре зігріває теплий чай, кофе, молоко.**

**— Категорично забороняється розтирати пошкоджене місце снігом, змащувати жиром і мазями. Це лише збільшить ступінь пошкодження тканин.**

**Пам'ятай!**

**Якщо ти знаходишся на сильному морозі, особливо в вітряну погоду:**

**— періодично перевіряй чутливість відкритих ділянок обличчя:**

**— прикрий всі відкриті ділянки шкіри.**