**ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ТЕПЛОВОМ (СОЛНЕЧНОМ) УДАРЕ**

Признаки: слабость, сонливость, жажда, тошнота, головная боль; возможны учащение дыхания и повышение температуры, потеря сознания.

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |  |
| --- | --- |
|  | Перенеси пострадавшего в прохладное, проветриваемое место (в тень, к открытому окну). |

|  |  |
| --- | --- |
|  | Уложи пострадавшего. Расстегни воротник, ослабь ремень, сними обувь. |

|  |  |
| --- | --- |
|  | Определи наличие пульса на сонных артериях, самостоятельного дыхания, реакции зрачков на свет. При отсутствии указанных признаков приступай к сердечно-легочной реанимации |

|  |  |
| --- | --- |
|  | Положи на голову, шею и паховые области смоченные в холодной воде полотенца (салфетки). |

|  |  |
| --- | --- |
|  | При потере сознания более чем на 3–4 минуты переверни пострадавшего в устойчивое боковое положение. |

|  |  |
| --- | --- |
|  | При судорогах удерживай голову и туловище пострадавшего, оберегая от травм. |

|  |  |
| --- | --- |
|  | При восстановлении сознания напои пострадавшего прохладной минеральной или обычной, слегка подсоленной водой. |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |

Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) «скорую помощь».