say Солнечный ожог представляет собою воспаление поверхности кожного покрова

say образующееся вследствие атипичной реакции организма на действие ультрафиолета.

say Продолжительное нахождение под прямыми солнечными лучами вредно для здоровья…

say …и зачастую может стать причиной возникновения ожогов.

say Солнечные лучи становятся наиболее агрессивными с наступлением весны и до начала лета.

say Если говорить об активности весь день, наиболее опасен ультрафиолет с 11 часов дня и…

say …до 16 часов вечера. Нахождение под прямыми лучами в это время может вызвать ожоги.

say Симптомы солнечного ожога:

say При получении сильного термического повреждения первая симптоматика наступает…

say …уже через 30-40 минут.

say А на протяжении первых суток развивается типичная картина, сопровождающаяся…

say …следующими признаками:

say сильное покраснение кожи;

say появление местной температуры на пораженной зоне;

say сухость и припухлость;

say чувствительность увеличивается и ощущается болезненность;

say образование гипертермии и зуда;

say лихорадка;

say при присоединении инфекции появляется озноб;

say сильные головные боли;

say обезвоживание, провоцирующее шоковое состояние.

say Если человек получил сильный ожог, клиническая картина будет следующей:

say кожный покров покрывают волдыри;

say появляется отек;

say сильный озноб;

say повышается температура до 38С;

say чувствуется общее недомогание.

say В единичных случаях ярко-выраженная симптоматика отсутствует.

say При этом продолжительное нахождение под прямыми лучами негативно сказывается на коже,

say вызывая морщинки и повышая риск развития злокачественных новообразований.

say Признаки сильного повреждения  нередко схожи с симптоматикой перегрева — головокружение и тошнота.

say Если у человека проявились признаки сильного термического повреждения…

say или наблюдаются большие площади поражения тела, следует обратиться за помощью.

say Особенно это важно, когда ожог произошел у ребенка.

say Первая помощь при солнечных ожогах:

say Если человек получил термическую рану вследствие воздействия ультрафиолета,

say требуется максимально быстро оказать помощь:

say Первое что следует выполнить, исключить контакт с прямыми солнечными лучами.

say Если пострадавший находится на улице, его нужно увести в тень или в помещение.

say Следующий этап — оказание помощи.

say Для этого поражённые участки тела рекомендуется охладить

say Это поможет унять болевые ощущения, снизить отечность и прекратить негативное…

say …воздействие высоких температур, поскольку повышенная температура держится…

say …в течение нескольких часов.

say Для охлаждения можно использовать следующие подручные средства:

say прохладная вода;

say холодный крепкий чай;

say свежевыжатый сок алоэ;

say сок, полученный из томатов или огурца;

say раствор Фурацилина.

say Компрессы из указанных средств должны быть холодными. Их наносят на участки и…

say держат несколько часов.

say Если пропитанная ткань нагревается, ее повторно смачивают в лечебной жидкости.

say При этом важно следить, чтобы смесь для компресса была прохладной, но не ледяной.

say В противном случае усугубится состояние поврежденного участка.

say Если человек получил легкую степень ожога, избавиться от последствий можно…

say …самостоятельно с применением имеющихся под рукой средств.

say При таком явлении главная задача пострадавшего — исключить дальнейший контакт…

say …с раздражителем и использовать медикаменты для нейтрализации последствий…

say ультрафиолета.

say Однако если речь идет о тяжелой степени поражения, нужна неотложная помощь.

say Потребность во врачебной помощи наступает в следующих случаях:

say образование сильной отечности и волдырей, окружностью более 1 см;

say резкое повышение температуры;

say озноб и головная боль;

say тошнота и головокружение;

say общая слабость и предобморочное состояние;

say бледность и липкость кожных покровов;

say проблемы с мочеиспусканием;

say сильная жажда.

say Кроме того, врачебная помощь требуется и в том случае, если ожог получен на лице.

say Дело в том, что такое поражение в разы тяжелее протекает,

say поскольку эта часть тела более чувствительная и нежная.

say На этом всё, а теперь небольшая практика.