

**Тема 4. Оказание первой помощи при прочих состояниях**  
**Занятие 3. Перегревание**

**Перегревание, факторы, способствующие его развитию. Основные проявления, оказание первой помощи**

Перегревание (тепловой удар) развивается обычно при нарушениях теплоотдачи организма вследствие длительного нахождения человека в условиях повышенной температуры окружающего воздуха (особенно в сочетании с высокой влажностью), например, в автомобиле или жарком помещении; при работе в защитном снаряжении, затрудняющем теплоотдачу, и т.п.

Признаками перегревания являются повышенная температура тела, головная боль, тошнота и рвота, головокружение, слабость, потеря сознания, судороги, учащённое сердцебиение, учащённое поверхностное дыхание. В тяжелых случаях возможна остановка дыхания и кровообращения.

**Оказание первой помощи при возникновении признаков перегревания**

При возникновении признаков перегревания:

1. Пострадавшего необходимо переместить в прохладное место.
2. При наличии сознания дать выпить охлажденной воды.
3. Расстегнуть или снять одежду.
4. Пострадавшему без сознания следует предать устойчивое боковое положение.
5. Не следует допускать резкого охлаждения тела пострадавшего (Например, помещать в ванну с холодной водой). До приезда скорой медицинской помощи нужно контролировать состояние пострадавшего, быть готовым к началу сердечно-легочной реанимации.