



# ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ ПО ОКАЗАНИЮ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПРИ ОТМОРОЖЕНИЯХ

❄️ **Отморожение (или обморожение)** – повреждение тканей организма под воздействием холода. Нередко сопровождается общим переохлаждением организма и особенно часто затрагивает такие части тела, как ушные раковины, нос, недостаточно защищённые конечности, прежде всего пальцы рук и ног.

❄️ Человеческий организм обладает системой терморегуляции, препятствующей термическому поражению тканей, но при действии ряда внешних факторов, эффективность терморегуляции снижается, и возникают отморожения.



**1** Переместите пострадавшего в более теплое помещение.



**2** Укройте поврежденные конечности и участки тела теплоизолирующим материалом (вата, одеяло, одежда).



**3** Укутайте пострадавшего в одеяла, при необходимости переоденьте в сухую одежду.



**4** Дайте обильное горячее сладкое питьё. Накормите горячей пищей.



**5** Вызовите (самостоятельно или с помощью окружающих) скорую медицинскую помощь.

## ЧТО ДЕЛАТЬ ЗАПРЕЩЕНО

- Использование алкоголя запрещено!
- Пораженные участки нельзя активно согревать (например, опускать в горячую воду), растирать, массировать, смазывать чем-либо.