



КҮН ӨТҮ

Орындаған: Әбішев А. С.

Тексерген: Абдрасилова Ж. Х.

Жоспар

1. Күн өту және ыстық өту
2. Жалпы сипаттама
3. Күн өту және ыстық өтудің белгілері
4. Алғашқы көмек
5. Алдын алу

Күн өту және ыстық өту

Күн өту және ыстық өту - организмге қызу өтуден пайда болатын сырқат. Балаларға, етженді адамдарға, жүрек-қан тамырлары ауруымен және эндокринді аурулармен ауырған адамдарға қызу өткіш келеді. Әсіресе, шақырайған сәулеге басты қыздырғанда күн өтеді.

ЖАЛПЫ СИПАТТАМА

Күн өту көбінесе, ыстық қапырық ауадан және күн көзінде көп жүруден болады. Әсіресе ыстыққа төзімсіз немесе ауыр дене еңбегімен айналысатын (құрылыс алаңдарында жұмыс істейтін) адамдарға күн жиі өтеді. Сондай-ақ күн сәулесімен нашар шағылысатын қара-қоңыр түсті киім немесе ауа өткізбейтін және тердің булануына бөгет жасайтын киім де организмге ыстық өтуіне себепші болады. Жабық бөлмеде де жоғары температурада және ауаның ылғалдылығы жоғары болғанда да (ыстық цехтарда жұмыс істегенде) ыстық ұруы мүмкін.

Күн өту және ыстық өтудің белгілері

Сырқаттың жеңіл дәрежелі түрінде:

әлсіздік;

бас ауыру;

жүрек айну;

дем алу мен тамыр соғуының жиілеуі;

дененің терлеуі.

Сырқаттың орташа дәрежелі түрінде:

еңсенің түсуі;

бастың қатты ауыруы;

лоқсу және құсу;

құлақтың бітуі;

қорғаншақты қозғалыс;

дем алу мен тамыр соғуының жиілеуі;

кей кездері - талып қалу.



Сырқаттың ауыр дәрежелі түрінде:

естен тану;

дененің қалшылдауы;

ой-сананың бұзылуы;

сандырақтау;

елестеушілік;

үстіртін дем алу және жиілеуі;

тамырдың соғуы - 1 минутта 120-140 рет;

дене қызуының көтерілуі (41-42°);

зәрдің мөлшерінің азаюы.

Алғашқы көмек

- Күн өту және ыстық өту белгілері білінгенде дереу дәрігер шақырып немесе ауырған адамды жақын маңдағы емханаға жеткізген жөн.
- Дәрігер келгенше науқасты көлеңкеге немесе салқын бөлмеге жатқызып, үстіңдегі тар киімін шешу керек.
- Басына, шүйедесіне, қолтығына мұз салынған немесе салқын су құйылған грелка қойған жөн.
- Науқас адамды ылғалды ақжаймамен орауға да болады; сусынды - тұзды салқын суды, салқын шайды, кофені көбірек ішкен дұрыс.
- Ыстық ұрған адамның тыныс алуын күшейту үшін салқын суға малынған сүлгімен немесе орамалмен жағынан шапалақтап ұрады, мүсәтір спиртін искетеді, оттегін жұтқызады, денесін ысқылайды.
- Дәрігер келгенге дейін бір шай қасық кордиамин, 10 проценттік кофеин ерітіндісінің екі ампуласын ішкізуге болады.
- Егер тыныс алуы қиындай түссе, қолдан дем алдыру керек.

Алдын алу

Күн өту және ыстық өтудің алдын алу үшін ауа райының ыстық кезінде жеңіл, қимыл-қозғалысқа бөгет жасамайтын ашық түсті киім кию қажет; басқа бас киім (ши қалпақ, панама, жалбағай, күнқағар) кию немесе ашық түсті орамал тарту керек. Шақырайған күн көзіне шығарда, ұзақ жол жүрер алдында тамақты тоя жемеу керек, күн көзінде ұйықтауға болмайды. Жағажайда дем алғанда кезде сақ болған дұрыс, ұзақ уақыт бойы күн көзінде жүруге және қапырық бөлмеде отыруға болмайды.



**НАЗАРЛАРЫҢЫЗҒА
РАХМЕТ!**

ПАЙДАЛАНЫЛҒАН ӘДЕБИЕТТЕР

1. ҚазССР. Қысқаша энциклопедия - 2-том.
Алматы - 1987.
2. Краткая медицинская энциклопедия, 3-том.
Издательство "Советская энциклопедия" 1990.