

# Обморожение у детей



# Что такое обморожение?

Обморожение происходит под воздействием низких температур, а его результатом может стать повреждение частей тела или даже их омертвление. Достаточной для обморожения может стать температура ниже  $-10$  -  $-20^{\circ}\text{C}$ . При этой температуре происходят сосудистые изменения, спазмируются мелкие кровеносные сосуды. При температуре ниже  $-30^{\circ}\text{C}$  уже гибнут клетки. Ниже  $-34^{\circ}\text{C}$  происходит общее охлаждение организма. Это более распространенные условия для обморожения, характерные для зимнего периода. Но даже весной или осенью, при температуре окружающей среды выше  $0^{\circ}\text{C}$  можно получить обморожение кожи. Причинами обморожения будут: сильный ветер, высокая влажность, длительное пребывание на улице. Часто способствующим фактором обморожения является сильное алкогольное опьянение. Обычно обморожение в таком состоянии приводит к ампутациям конечностей.

# Степени обморожения

**1 степень** - происходит побледнение участка кожного покрова, которое после согревания переходит в покраснение, пораженный участок немеет, утрачивает чувствительность, возможны жжение, зуд, боли. Период выздоровления - от 5 до 7 дней.

**2 степень** - симптомы те же, что и при первой степени, но через несколько дней на пораженном участке появляются пузыри, заживание происходит в течении 1-2 недель.

**3 степень** - омертвление тканей, пузыри наполнены темным кровянистым содержимым, заживают такие травмы около месяца, образуя рубцы.

**4 степень** - пузыри образуются на наименее обмороженных участках кожи, наиболее пораженный участок имеет резко синюшный цвет, значительно отекает после согревания. При обморожении 4 степени поражаются все мягкие ткани, возможно поражение суставов и костей.



# Что делать при обморожении?

В тяжелых случаях лечение обморожения должны проводить исключительно врачи - немедленно вызывайте "скорую". Иначе высок риск того, что обморожение закончится гангреной, заражением крови. Но в самом начале все зависит только от вас! **Принимаем**

## **основные меры:**

- уходим в теплое помещение;
- снимаем обувь, носки, перчатки;
- оцениваем по возможности свое состояние - при II-IV степенях обморожения вызываем "скорую";
- обморожение I степени - согреваем ванночками с фурацилином или марганцовкой с температурой от 24°C, за 20-30 минут доводя до 35-40°C, можно согревать дыханием, легким массажем, растиранием шерстяной тканью, после накладываем ватно-марлевую повязку;
- обморожение II-IV степеней - вызываем скорую, во время ожидания накладываем теплоизолирующую повязку (марля - вата - марля - пленка), фиксируем конечности с помощью картона поверх повязки, оборачиваем в шерстяную ткань, даем горячее питье или пищу, таблетку аспирина или анальгина.

**НЕЛЬЗЯ** при обморожениях проводить быстрое нагревание, растирать снегом, при глубоком обморожении втирать жир, масла, спирт!

Самыми частыми по обморожению случаями являются обморожение ног и обморожение пальцев рук.

Если обморожены ноги в легкой степени, то их следует опустить в таз с холодной водой температуры 24оС примерно на 1 минуту. Вытащите ноги и промокните их аккуратно полотенцем, без растираний. Наберите теперь более теплую воду в таз, но не горячую. Поставьте ноги в теплую воду, легко погладьте их под водой до 20-30 минут. Опять вытащите и промокните их полотенцем. Смажьте ноги оливковым маслом. Народные целители предлагают свой рецепт специального масла для обмороженных ног, которое нужно готовить заранее перед зимним сезоном.



Если же вдруг случилось обморожение пальцев рук, то стоит сделать контрастные ванночки: сначала прохладные от 24оС, потом теплые - до 37-40оС. В теплую воду можно добавить ромашку или кору дуба. После стоит аккуратно промокнуть руки полотенцем и смазать жирным кремом или наложить сухую согревающую повязку. Первая болезненность, которую вы снимете, может перерасти в хронически повышенную реакцию на холод. Более тяжелое обморожение рук вообще может привести к скорому перерождению суставных сумок, суставов. Единственной профилактикой обморожения рук является ношение теплых перчаток, а лучше варежек.

К группе риска обморожения пальцев рук относятся те, кто имеет пониженное кровяное давление, вегетососудистую дистонию, атеросклероз сосудов, другие сердечнососудистые заболевания.



Обморожение щек мы редко воспринимаем всерьез. Но это лишь до наступления самого случая. Обморожение щек - это не розовые щечки, а наоборот, бледные. После согревания появляются красные пятна с отечностью. Кожа щек может стать уплотненной. Дня через два может появиться синюшность, которая сменится со временем зеленым, желтым цветом. При обморожении щеки рекомендуют обработать мазью бепантен или спасатель, траумель. Перед выходом на мороз, особенно детям, нужно смазывать щечки специальными жирными кремами от мороза, но не увлажняющими. Лечение обморожения щек у детей лучше проводить под наблюдением педиатра.



# Обморожения у детей

Обморожения у детей - далеко не редкость. Среди самых частых именно детских обморожений - железное обморожение. Дети любят проверять, прилипает ли язык к ручке двери. В этом случае, нужно полить теплой, но не горячей водой на прилипший к железу язык. Если есть рана, нужно обратиться к врачу.





Чтобы не произошло случайное обморожение у ребенка, обязательно надевайте ему варежки. Стоит быть аккуратными при гулянии в мороз на улице:

- не катать ребенка на качелях;
- не разрешать лазить по металлическим снарядам;
- не давать лопатку с металлической ручкой;
- металлические детали санок нужно укутать одеялом.

ПОМНИТЕ, что у малышей организм еще не приучен регулировать теплообмен, поэтому маленькие дети наиболее склонны к обморожению. Младенцы даже при 0оС могут получить обморожение. Детки постарше тоже могут сильно замерзнуть без движения, постояв, посидев на улице продолжительное время. Не стоит забывать и о том, что промокшая одежда - дополнительный фактор обморожения. Дети могут пропотеть от лишней одежды или игры в снежки, других подвижных игр. Самые доступные для мороза участки на теле ребенка: щечки, подбородок, пальцы рук, носик, ушки. Если произошло обморожение ног, нужно нести ребенка на руках, а не заставляя бежать, стучать ножками для согревания.



Обморожение у детей можно определить по признакам:

- бледная, холодная кожа с мурашками или белыми пятнами;
- дрожь;
- сонливость или излишняя разговорчивость;
- трудности с произношением слов, отрывистость речи;
- кожа теряет чувствительность, становится твердой на ощупь;
- температура тела около  $35^{\circ}\text{C}$ .



# Помощь при холодовой травме

Как только на коже ребенка появились белые пятна, его следует немедленно завести в теплое помещение.

**Нельзя** смазывать пораженные участки жиром и мазями, растирать покровы снегом или шерстяной тканью. Это лишь усугубляет положение вещей и приводит к более тяжелым последствиям.

При обморожении ребенка следует раздеть, и укутать в одеяло или большое полотенце, предоставляя телу постепенно отогреться с помощью естественного тепла. Обязательно следует дать теплое питье и еду, таблетку аспирина или анальгина.

На пострадавший участок необходимо наложить чистую, желательно стерильную повязку. Можно сделать спиртовой согревающий компресс. Разрешается легкий массаж участка от периферии к туловищу, до появления розовой окраски кожных покровов.

**Обязательно** следует вызвать врача, который назначит адекватное лечение. Согревающие повязки на пострадавшие участки делаются из нескольких марлевых слоев и толстого ватного слоя. Все это сверху покрывается теплоизолирующим материалом (целлофаном, клеенкой) и заворачивается в ткань (бинт, шарф, платок) дальше укрывается одеялом. Если были обморожены пальцы, то перед наложением повязки, каждый палец обязательно прокладывается полоской бинта.

Необходимо помнить, что степень поражения можно определить лишь после согревания. Если на кожных покровах появились пузыри, немедленно доставьте ребенка в больницу. Ни при каких обстоятельствах нельзя самостоятельно срезать или прокалывать появившиеся пузыри!

До приезда специалиста, нужно следить, чтобы малыш не делал поврежденными конечностями никаких движений. Руку можно просто подвесить при помощи обычной косынки, а ноги должны быть уложены так, чтобы немного свисали вниз.

# Профилактика обморожения

Для профилактики обморожений одевайте ребенка соответственно погодным условиям. Одежда должна быть как капуста, то есть между ней должны сохраняться воздушные прослойки, которые хорошо сохраняют тепло длительное время. Лучше предпочесть для прогулок в холодное время года, изделия со специальным слоем – полифайбером или изософтом, который отлично впитывает влагу, когда ребенок вспотеет, и способен изнутри выпустить скопившуюся влагу не пропуская при этом холодный воздух.

Перед прогулкой малыша следует обязательно покормить, а в холодную сырую и ветреную погоду, прогулки малыша лучше ограничить во времени до минимума.

# Источники:

- [http://www.roditeli.ua/semya/bolezni i lechenie/first aid frostbite](http://www.roditeli.ua/semya/bolezni_i_lechenie/first_aid_frostbite)
- [http://bio.fizteh.ru/student/diff articles/moroz help.html](http://bio.fizteh.ru/student/diff_articles/moroz_help.html)
- <http://medportal.ru/enc/aid/frostbite/>
- <http://www.woman.ru/health/medley7/article/89641/>
- <http://doctorvic.ru/bolezni-i-sostoyaniya/emergency/pervaya-pomoshch-pri-obmorozheniyakh>

**Спасибо за внимание!**