

СПРАВОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

ОТМОРОЖЕНИЕ – поражение тканей, вызванное воздействием низких температур.

К факторам, способствующим отморожению, относят повышенную влажность воздуха, сильный ветер, тесную, вызывающую нарушение кровообращения обувь и одежду, алкогольное опьянение, снижение общей и местной сопротивляемости организма в результате травмы, кровопотери, авитаминоза, голода и др.

Отморожениям обычно подвергаются периферические участки тела: пальцы стоп и кистей, ушные раковины, нос. Часто отморожения развиваются на фоне общего охлаждения организма.



До согревания проявления отморожения ограничены бледностью или синюшностью кожи и потерей ее чувствительности, характерным покалыванием.

Определить степень отморожения в первые часы и даже дни после согревания трудно.

СТЕПЕНИ ОТМОРОЖЕНИЯ

При отморожении I степени отмечается выраженная бледность кожи, снижение чувствительности. После начала отогревания появляются жгучие боли, покалывания, умеренный отек, синюшная или мраморная окраска пораженных участков.

Эти явления проходят самостоятельно в течение 5–7 дней. Однако в дальнейшем на протяжении многих лет может сохраняться повышенная чувствительность пораженных участков к холоду.

При отморожении II степени возникает некроз (омертвение) поверхностных слоев кожи, включая отдельные элементы сосочкового слоя. При согревании развивается резко выраженный отек пораженных участков, их синюшность, а спустя 1–3 дня появляются пузыри с прозрачным светло-желтым или бледным геморрагическим содержимым. Рана, являющаяся дном таких пузырей, очень болезненна. Заживление происходит самостоятельно в течение 2–4 недель.

Отморожение III степени характеризуется некрозом всех слоев кожи. Обмороженные ткани бледные, холодные на ощупь. После согревания возникает отек, появляются пузыри с геморрагическим содержимым. Дно ран безболезненно или малоболезненно.

Отморожение IV степени представляет собой некроз всех тканей, вплоть до костей. Как правило, оно сочетается с отморожениями I, II и III степени. В участках с отморожениями IV степени полностью утрачена чувствительность, отек отсутствует или небольшой, ткани бледные, холодные на ощупь.

ПРОФИЛАКТИКА ОТМОРОЖЕНИЙ

Главные правила предупреждения отморожений: на морозе нужно находиться сытым, сухим и тепло одетым. При онемении или побледнении открытых частей тела (нос, щеки) согреть их теплыми ладонями. При болях в пальцах рук или ног – активно шевелить пальцами, подумать о смене обуви на менее тесную или более теплую.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОТМОРОЖЕНИИ



- поместить пострадавшего в теплое помещение;
- снять промерзшую обувь, носки, перчатки;
- согреть пораженные конечности в ванночке с водой при температуре 20 °С, постепенно повышая температуру воды до 40 °С в течение 30 минут (при легких степенях отморожения);
- наложить на пораженную конечность теплоизолирующую повязку (укутать шарфом, шерстяной тканью, свитером);
- иммобилизовать конечности при глубоких отморожениях;
- предложить горячее питье, горячую пищу;
- обратиться за медицинской помощью.

ОБЩЕЕ ОХЛАЖДЕНИЕ ОРГАНИЗМА (ПЕРЕОХЛАЖДЕНИЕ) – болезненное состояние, вызванное чрезмерным понижением температуры тела человека (гипотермией).

Общему переохлаждению способствуют следующие факторы:

- высокая скорость ветра;
- высокая влажность воздуха;
- длительность пребывания на холоде;
- несоответствующая сезону или влажная одежда;
- голод, физическая усталость, старческий возраст;
- заболевания, ослабляющие организм;
- конституциональные особенности человека;
- алкогольное или наркотическое опьянение.

СТЕПЕНИ И ПРИЗНАКИ ГИПОТЕРМИИ

I степень (легкое переохлаждение или защитная фаза):

- температура тела 36–34 °С;
- беспокойство, повышение расхода энергии;
- озноб, мышечная дрожь;
- боли в руках и ногах (возможны отморожения);
- частый пульс;
- бледно-синюшная кожа и слизистые;
- «гусиная» кожа.

II степень (среднее переохлаждение или фаза истощения):

- температура тела 34–30 °С;
- прекращение мышечной дрожи;
- нарастающее мышечное окоченение;
- кожа холодная, с мраморным оттенком;

- отморожения конечностей;
- поверхностное, нерегулярное, редкое дыхание;
- замедление сердечного ритма (50–30 в 1 мин.);
- пульс слабый, едва прощупывается;
- падение артериального давления;
- нарастающая сонливость.

III степень (тяжелое переохлаждение или коматозная фаза):

- температура тела 30–27 °С;
- сознание отсутствует;
- дыхание очень редкое (4 в 1 мин.), поверхностное;
- пульс < 30 в 1 мин., лишь на сонной артерии;
- артериальное давление не определяется;
- возможны судороги, рвота;
- выраженное окоченение конечностей и челюстей;
- отморожения и оледенение конечностей;
- отморожения лица.

ЭТО ВАЖНО ЗНАТЬ!

Между 29 °С и 30 °С зрачки расширяются, что может симулировать смерть мозга. При снижении температуры до 28 °С возможна остановка сердца. Этому способствуют любые манипуляции с пострадавшим (перекладывание, смена одежды, транспортировка).

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ПЕРЕОХЛАЖДЕНИИ

Для всех пострадавших:

- перенести в теплое помещение или, по крайней мере, укрыть от ветра;
- сменить одежду на сухую и теплую или, по крайней мере, снять влажную одежду;
- уложить горизонтально и запретить двигаться;
- не массировать и не растирать;
- придать возвышенное положение отмороженным конечностям;
- контролировать температуру и частоту пульса для определения степени гипотермии.

В зависимости от температуры тела (степени гипотермии):

- легкая гипотермия (36–34 °С);
 - допускается активное внешнее согревание любыми способами (согреть в ванне с теплой водой 35–40 °С или укутать и обложить грелками);
 - горячее, очень сладкое питье (горячая пища);
 - медицинская помощь;
- средняя гипотермия (34–30 °С);
 - активное внешнее согревание только туловища;
 - теплоизолирующие повязки на конечности (укутать);
 - горячее, очень сладкое питье (при сохранном сознании и возможности глотать жидкость);
 - вызов «Скорой помощи»;

- тяжелая гипотермия ($< 30\text{ }^{\circ}\text{C}$);
 - бережные манипуляции (перекладывание, смена одежды);
 - контроль частоты пульса и дыхания;
 - постоянная готовность к проведению реанимации;
 - вызов «Скорой помощи».