



СОЛНЕЧНЫЙ (тепловой) УДАР

Признаки солнечного удара:

- Человек долго находился на солнце в жаркий день
- У него повысилась температура, покраснела кожа и стала очень горячей
- У него заметно участилось дыхание, появилась сильная потливость, слабость, головная боль, тошнота



Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики
Кировской области

Что делать:

- Обратиться за помощью к взрослым
- Помочь человеку перейти в прохладное место, куда не попадают прямые лучи солнца
- Смочить лицо холодной водой
- Положить на голову ткань, смоченную холодной водой
- Дать выпить воды



Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики
Кировской области

ЗАНОЗА В ПАЛЬЦЕ



Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики
Кировской области

Что делать:

Поверхностные занозы

Нужно действовать очень аккуратно, чтобы не загнать занозу еще глубже или не занести в ранку инфекцию.

- Вымыть руки
- Обработать пинцет и место, куда попала заноза антисептиком (зеленка, хлоргексидин, 3% перекисью водорода)
- Аккуратно извлечь занозу (вытаскивать занозу нужно именно под тем углом, под которым она вошла в рану)
- После удаления занозы наложить антисептическую повязку (пластырь)
- Глубоко расположенное инородное тело, осколки стекла удалить может только врач



Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики
Кировской области



УКУС БЕСПРИЗОРНОГО ЖИВОТНОГО

Если Вас укусила
собака или кошка



Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики
Кировской области

Что делать:

- Обильно промыть рану, ссадину под струей воды с мылом
- Смазать края раны йодом
- При возможности наложить на рану стерильную повязку
- Обязательно обратиться за помощью к родителям или сразу в больницу



Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики
Кировской области

ВЫВИХ ИЛИ РАСТЯЖЕНИЕ

Во время активных игр дома и на свежем воздухе
может случиться вывих или растяжение.



- Может быть:
- сильная боль
 - припухлость
 - образование «синяка»



Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики
Кировской области

Что делать:

- Обездвижить конечность
- Приложить холод
- Обязательно позвонить родителям



Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики
Кировской области



**Если с другим человеком
что-то случилось,
и никого нет рядом,
то ты можешь помочь.**



Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики
Кировской области

Что делать:

- Не паникуй и не пугайся
- Позвони в службу спасения 112 и правильно назови, где ты находишься и что произошло, ведь именно это сможет спасти жизнь
- Не стоит стесняться звать на помощь незнакомых людей
- Если видно, что человеку плохо или он теряет сознание, то необходимо сделать так, чтобы пострадавший не ударился головой обо что-то твердое, например, свернуть куртку и подложить ему под голову
- После чего обязательно вызвать скорую помощь



по телефону
103, 112

Помни, если в экстренном случае ты не уверен в правильности и безопасности своих действий, лучше этого не делать.



Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики
Кировской области