

МДОУ «Детский сад №21»

Сообщение на тему

«Солнечные ожоги»



Подготовила
старшая медицинская сестра
Анфимова Л.А.



Солнечные ожоги у детей

Уважаемые родители, летом мы все хотим позагорать и хотим, чтобы «подрумянились» наши детки, поэтому обращаю ваше внимание на самые «популярные» для этой поры термические ожоги у детей – **солнечные ожоги**.

Все дело в том, что кожа ребенка слабо вырабатывает пигмент меланин, дающий цвет загара. Полностью этот механизм защиты формируется в организме только к 3-м годам. Именно поэтому, врачи не рекомендуют вывозить детей до этого возраста к морю. А если вы решились на каникулы с малышом, то рекомендуют держать его под навесом, максимально защищая от воздействия солнечных лучей. Первый выезд ребенка на море должен быть по продолжительности не меньше месяца. Десять дней уйдут на адаптацию, и только со второй недели начнется оздоравливающий эффект.

Кожа малышей от рождения до 3-5 лет, настолько чувствительна к любому воздействию, что необходимо лишь несколько минут пребывания под открытым солнцем с 11 до 17 часов дня, чтобы малыш получил серьезные ожоги.

Вы должны понимать, что ваш кроха не может объяснить, что чувствует себя некомфортно. А коварность солнца в том, что сам термический ожог не всегда проявляется молниеносно. Вы можете заметить, что ребенок уже обгорел лишь спустя пару часов, когда ожог проявит себя сильнейшей краснотой или волдырями. Помните, что для детей лучшее время пребывания на пляже до 10-11 утра и после 17 дня. Всегда пользуйтесь солнцезащитными кремами для детей со степенью защиты не менее 25 SPF.

Солнцезащитные средства имеют показатель SPF - солнцезащитный фактор – это время в минутах, которое человек может находиться на солнце без риска получить ожог. Обычно, детские средства имеют степень защиты от 18 SPF и выше. Для голубоглазого блондина лучше всего брать крем с высокой степенью защиты, например, не меньше 30. Для маленького брюнета подойдет крем от 20 SPF.

После купания в соленом море ребенка обязательно нужно вымыть в пресной воде, смыть соль и вытереть насухо. Важно чтобы мокрый ребенок не бегал по пляжу. Капельки воды и кристаллики соли действуют как маленькие линзы, усиливающие действие солнца, а это может привести к сильнейшему ожогу. После этого снова необходимо нанести крем с SPF.

Если ваш ребенок очень чувствителен к солнцу, можно погулять с ним на пляже, одев его в свободную одежду из натурального материала (хлопок 100%). На голову надевайте панамку с широкими полями и детские солнечные очки.

После пребывания на солнце ребёнка необходимо тщательно искупать, чтобы смыть остатки солнцезащитного средства. Затем следует насухо обтереть кожу и лёгкими массирующими движениями нанести на неё детский крем или специальное средство после загара, которое содержит смягчающие, успокаивающие компоненты (масло облепихи, ромашка, алоэ вера).

Первая помощь детям с солнечным ожогом

Поместите ребенка в тень или хорошо проветриваемое помещение.

Обязательно вызовите врача!

До прихода врача, чтобы облегчить боль при солнечном ожоге, можно смочить пострадавший участок прохладной водой и дать ребенку болеутоляющее.

Хорошо помогает крепкий зеленый чай. Чай должен быть свежесваренным и охлажденным. И только после того, как вы убедились, что отвар чая достаточно холодный - смочите в нем марлю, сложенную в 6-8 слоев. Слегка отожмите и нанесите примочку на поражённую кожу. Примочка охлаждает кожу, а компоненты чая обладают противовоспалительным действием. Время воздействия примочки- 5-10 минут (как только ткань становится слегка теплой – ее нужно снова смочить в холодном отваре), количество до 10 в час.

Если малыш капризничает, испытывает тошноту и озноб, если у него поднимается высокая температура - это признаки теплового удара.

Обожженные участки кожи в дальнейшем следует закрывать от солнца, пока не сойдет краснота.

Исполняйте все рекомендации врача.

От правильного алгоритма первой помощи и понимания сути, выполняемых вами действий, от быстроты и хладнокровия зависит здоровье близкого вам человека!

Но, конечно, болезнь лучше предупредить, чем лечить! Берегите себя и своих родных.