**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад № 21»**

***Консультация для родителей «Первая помощь детям при обморожении»***



***Подготовила Е.А. Юсупова***

***Январь , 2023 г.***

В холодное время года родителям маленьких детей нельзя забывать об обморожений, ведь нежная детская кожа тяжелее, чем кожа взрослых, переносит агрессивное воздействие низкой температуры. И конечно, в предверии зимы взрослым надо знать о том, как помочь малышу при обморожении.

***Особенности детской кожи***

Эпидермис детской кожи очень нежный и тонкий, его структура более рыхлая, чем у взрослых. Хорошо развит ростковый слой. Дерма имеет меньшую толщину. Еще одной особенностью детской кожи является количество и функциональные особенности потовых желез в кожном покрове. Нормально функционировать потовые железы начинают лишь к 7 годам, и к этому же возрасту созревают нервная система и центр терморегуляции. До этого времени дети испытывают трудности с потоотделением и терморегуляцией.

***Какими бывают обморожения***

Обморожения – повреждения тканей тела под влиянием холода. Основная причина – стойкие изменения в кровеносных сосудах кожи, вызванный их длительным спазмом. Возникновению [обморожения способствуют](https://www.maam.ru/obrazovanie/obmorozhenie) : ношение тесной одежды и обуви, а также сырой одежды, обуви, варежек, перчаток. Ослабление организма в результате болезни (например, анемия, а также вынужденное длительное неподвижное и неудобное положение способствуют возникновению обморожения.

Дети более чувствительны к холоду, чем взрослые. При длительном пребывании ребенка на морозе механизмы естественной терморегуляции не в состоянии поддерживать нормальную температуру периферических участков тела *(нос, щеки, ушные раковины, пальцы рук и ног)*. В этих участках постепенно замедляется, а затем и совсем прекращается кровообращение. Наступает момент, когда организм ребенка не может противостоять действию холода, и в тканях происходят глубокие изменения. Признаками спазма являются потеря чувствительности и побеление кожи, покалывание и незначительная болезненность в обмороженных частях тела. Реакция малыша на болезненность – плач и беспокойство.

При осмотре можно отметить характерный вид обмороженного участка тела – кожа бледная или синюшная. Движения обмороженной конечности затруднены. После согревания развивается отек, затем постепенно возникает воспалительный процесс.

***По характеру поражения различают 4 степени обморожения :***

**1 степень** – наиболее легкая, после согревания развивается отек, кожа становиться синюшно-красной или бледно-синюшной. На пораженном участке ощущается жжение, боль, потеря чувствительности. Через несколько дней краснота исчезает, эпидермис шелушиться и кожа принимает нормальный вид.

**2 степень** – более тяжелая, характеризуется появлением пузырей, наполненных прозрачной жидкостью. Нарушение чувствительности продолжается несколько дней.

**3 степень** – тяжелая, характеризуется омертвлением мягких тканей на различной глубине. Чувствительность отсутствует и кожа имеет багрово – синюшный цвет.

**4 степень** – крайне тяжелая, поражается не только кожа, но и мягкие ткани и даже кости.

В грудном раннем возрасте чаще встречаются обморожения 1 степени *(носа и щек)*. В этих местах кожа становиться очень бледной, после согревания приобретает синюшно-красный цвет, иногда появляются пузыри. В течение нескольких дней участки становятся болезненны, ребенок ощущает в них жжение и зуд. После заживления появляются шелушения кожи.

***ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ***

Замерзшего ребенка нужно как можно скорее согреть, поместить в теплое помещение *(магазин, метро, автомобиль и т. д.)*. Но лучше вернуться домой.

Находясь в тепле, необходимо снять с ребенка промерзшую одежду и обувь (ботинки, носки, перчатки или варежки, укутать его в теплое одеяло или переодеть в сухую теплую одежду и согреть замерзшие части тела теплыми руками, своим дыханием. Согревание должно быть пассивным, т. е. без прикладывания каких-либо усилий *(растирание руками, теплыми тканями, спиртосодержащими растворами)*. Дело в том, что растирание способствует тромбообразованию в сосудах. Согревать надо до тех пор, пока оно не порозовеет. На обмороженном месте может остаться шелушащиеся пятно, которое можно смазывать увлажняющим кремом *(детский крем, содержащий пантенол, мазь БЕПАНТЕН)*.

В более тяжелых случаях поврежденную конечность следует погрузить в теплую воду, постепенно поднимая ее температуру с 18С до 37- 40С в течение 20-30 минут. После того как малыш согрелся, можно осторожно растереть поврежденное место до покраснения кожи и восстановления ее чувствительности. Затем конечность насухо вытирают, обрабатывают спиртосодержащими растворами или водкой и накладывают утепляющую чистую повязку *(стерильная вата между 2 слоями стерильного бинта)*. Обмороженные ушки, нос, щеки обильно смазывают вазелином и накладывают сухую повязку с ватой, а после согревания можно проводить массаж.

Массаж производиться движениями в направлении от периферии тела к центру, т. е. от кончиков пальцев ног и рук к бедрам или плечам. Если после отогревания на коже ребенка появились пузыри – массаж не проводят.

Необходимо как можно быстрее дать малышу теплое питье *(грудное молоко, смесь, сладкий чай и т. д.)*

Из медицинских препаратов применяют обезболивающие средства, содержащие ибупрофен; сосудорасширяющие препараты (НО – ШПА, ЭУФИЛЛИН, а так же успокаивающие средства *(валериана)*.

**БУДЬТЕ БДИТЕЛЬНЫ!**

**ВО ВРЕМЯ ЗИМНЕЙ ПРОГУЛКИ РОДИТЕЛИ ДОЛНЫ ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ:**

На общее состояние ребенка: ребенок вял, капризен, проявляет признаки дискомфорта. Кожные покровы на ощупь ледяные, пульс частый, температура тела ниже 36,6С;

На цвет кожных покровов, в случае обморожения они синюшно-красные или бледно-синюшные;

На тактильную и болевую чувствительность кожных покровов *(в случае обморожения она снижена или отсутствует)*;

На сильную боль, покраснения, отек, которое возникает после отогревание замерзшей части тела;

На появление пузырей на вторые сутки после прогулки;

Для согревания замерзших частей тела не используйте интенсивные источники тепла, такие, как нагревательные лампы: обмороженную детскую кожу легко обжечь, т. к. чувствительность ее снижена.

Можно воспользоваться теплом собственного тела: чтобы согреть пальцы руки, засуньте их по мышки.

**ПРАКТИЧЕСКИЕ СОВЕТЫ**

первые зимние прогулки с новорожденным ребенком следует начинать через неделю после выписки из роддома домой, т. е. на 10 – 14 день после рождения. Продолжительность первой прогулки не более получаса, минимальная температура – не ниже ­-10 С. *«прогулочный»* зимний интервал для ребенка 1-го года жизни от 0 С до -15 С.

как одевать малыша? Есть простое правило: *«одеваем ребенка так же,как себя, плюс один слой»*. Помните: *«упакованный»* для зимней прогулки малыш должен иметь возможность шевелить речками и ножками.

для родителей *«ходячих»* малышей главное – это защита открытых частей лица ребенка *(носа, щек)*. За 20 минут до выхода на улицу, нужно смазать открытые участки кожи детским жирным кремом, БЕПАНТЕНОМ или специальным детским *«кремом от непогоды»*

обувь должна соответствовать 3-м условиям:

не должна жать, не должна быть впритык. Лучше, если она будет на один размер больше

обувь должна выдерживать походы по мокрому снегу и лужам

нога в зимней обуви

ребенка ни в коем случае нельзя кутать: тем самым вы создаете условия для гиподинамии (ребенок, одетый слишком тепло, не может нормально бегать, но он сильно потеет, что приводит к перегреву тела, не говоря уж о том, что влажная от пота одежда теряет теплоизолирующие свойства.