

**СОЛНЕЧНЫЙ УДАР - ПОРАЖЕНИЕ ЦЕНТРАЛЬНОЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ, ВОЗНИКАЮЩЕЕ ВСЛЕДСТВИЕ СИЛЬНОГО ПЕРЕГРЕВА ГОЛОВЫ ПРЯМЫМИ СОЛНЕЧНЫМИ ЛУЧАМИ.**

В результате солнечного удара происходят значительные изменения в обмене веществ, что приводит к дефициту кислорода в тканях, от которого страдает в первую очередь ЦНС, может развиваться отек мозга, а также нарушаются функции жизненно важных органов и систем.

Солнечный удар у детей развивается быстрее, чем у более закаленных взрослых, так как механизмы терморегуляции и метаболизма у малышей еще не сформированы в полной мере. Кроме того, кожные покровы головы у детей более уязвимы, чувствительны к воздействию тепла и не обладают достаточными защитными свойствами.

**Что предрасполагает к солнечному удару?**

Предрасполагают к солнечному удару у детей, наряду с повышенной температурой окружающей среды и прямым воздействием солнечных лучей, высокая влажность; безветренная погода; не соответствующая погоде одежда ребенка; нарушение механизмов терморегуляции, особенно у детей раннего возраста; недостаточный или неправильный питьевой режим в условиях жары; различные заболевания центральной нервной системы.



**Признаки солнечного удара у детей**

Признаки солнечного удара у детей проявляются очень быстро и могут быть такими:

- ◆ **Внезапная вялость, раздражительность или сонливость. Ребенок часто зеваает, стремится прилечь.**
- ◆ **Сильное покраснение лица.**
- ◆ **Головная боль, повышенная температура.**
- ◆ **Капли пота на лица (испарина).**
- ◆ **Тошнота и рвота.**
- ◆ **Отсутствие реакции на раздражители (отсутствие рефлексов).**
- ◆ **Обезвоживание.**

Солнечный удар у детей может закончиться угрожающими жизни последствиями – потерей сознания, замедлением пульса, асфиксией, сердечной недостаточностью.



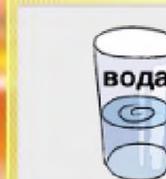
**Первая помощь при солнечном ударе у ребенка**

- ◆ Немедленно перенести ребенка в прохладное помещение, в крайнем случае – в тень.



- ◆ Положить ребенка, придать горизонтальное положение, голову повернуть набок.

- ◆ Полностью накрыть тканью голову. Ткань, пеленка, повязка должны быть смочены в прохладной воде. Вода должна быть комнатной температуры, это важно. Не следует пользоваться льдом, так как он является контрастом в смысле температурного воздействия и может спровоцировать кровоизлияние.



- ◆ Если ребенок в сознании, ему каждые полчаса необходимо давать пить охлажденную очищенную или кипяченую воду.

- ◆ Если в течение получаса состояние ребенка не улучшается, необходимо вызвать скорую помощь.

- ◆ **Обратите внимание**, если от удара пострадал ребенок в возрасте от рождения до 3-х лет, **врача нужно вызвать немедленно.**