Консультация для родителей

«Лето красное – безопасное»

Тема:

«Солнечные ожоги»



Истосковавшись по теплу и свету, летом мы проводим слишком много времени под прямыми солнечными лучами, забывая об опасности ожогов. Еще до наступления жары следует приобрести детский защитный крем, предохраняющий кожу от избытка ультрафиолета.

Солнечные ожоги вовсе не так безобидны, как думают многие. Доказано, что они могут приводить не только к преждевременному старению кожи и развитию фотодерматита (аллергии к солнечным лучам), но и к снижению зрения и даже к онкологическим заболеваниям (раку кожи).

Признаки солнечного ожога у детей.

 Получение солнечного ожога происходит незаметно. Сначала кожа ребенка становится розовой или красноватой, сухой и горячей на ощупь, появляется зуд и ощущение жжения. Малыш может проявлять беспокойство, плакать или, наоборот, может стать вялым. Прикосновение к коже становится болезненным. Иногда появляется небольшая припухлость.

 Пик проявлений ожога наступает приблизительно через 12–24 часа. Краснота и неприятные симптомы обычно уменьшаются через 2–3 суток, иногда они могут продолжаться 7–10 дней. К концу этого срока кожа даже при небольших ожогах начинает шелушиться.

 Сильный ожог может вызвать появление волдырей (вторая степень ожога) и сопровождаться болью в области поражения, слабостью, тошнотой, рвотой, ознобом, головной болью, повышением температуры тела.

 В тяжелых случаях возможно развитие шока – бледность, холодная и липкая кожа, затрудненное дыхание, нарушение зрения, состояние частичной оглушенности, потеря сознания.

Профилактика

Для детей старше 6 месяцев необходим крем от загара, с фактором защиты не менее 15 единиц.

- Наносить защитный крем следует на открытые участки кожи каждый час, а также всякий раз после купания, даже если погода облачная.

- В период с 10.00 до 15.00, на который приходится пик активности ультрафиолетовых лучей А и В, лучше вообще не загорать, а посидеть в тени.

- Даже если ребенок не обгорел в первые 5 дней, срок пребывания на открытом солнце не должен превышать 30 минут.

- Ребенок периодически должен охлаждаться в тени - под зонтиком, тентом или под деревьями.

- До того, как он будет доставлен в больницу или травмпункт, нужно позаботиться об охлаждении места ожога.

Доврачебная помощь

1. Перенесите ребенка в тень.

2. Обязательно вызовите «скорую помощь» или самостоятельно обратитесь к врачу, если имеются следующие явления:

 - даже незначительный солнечный ожог у ребенка первого года жизни;

- озноб, повышение температуры до 38,5 °С и выше;

- тошнота, рвота, сильная вялость;

- потеря сознания;

- образование волдырей на коже (т. е. вторая степень ожога);

- ожог первой степени (покраснение), затронувший большую поверхность тела.

3. До приезда «скорой» или при незначительном солнечном ожоге, когда ребенок не очень пострадал, проведите следующие мероприятия самостоятельно: - чтобы облегчить боль, смачивайте или сбрызгивайте пострадавший участок кожи прохладной водой, положите смоченное в прохладной воде полотенце на плечи ребенка либо заверните его во влажное полотенце.

- кожу можно обработать лекарственными аэрозолями против ожогов, если таковые имеются под рукой. Все специальные лечебные средства, применяемые при ожогах, приготавливаются на водной основе и обеспечивают дополнительное увлажнение пораженной коже.

- Нельзя смазывать пострадавшие участки кожи спиртосодержащими средствами (они дополнительно повреждают кожу и усугубляют течение ожога), веществами на жировой основе: вазелином или другими густыми

 мазями, различными маслами, кисломолочными продуктами, так как они образуют на поверхности кожи пленку, создающую благоприятные условия для развития болезнетворных микроорганизмов.

- Волдыри протыкать нельзя. Если они прорываются, постарайтесь не занести в эти места инфекцию. Обработать антисептиком.

 - Наденьте ребенку свободную одежду, чтобы свести к минимуму раздражение кожи.

- Предлагайте ему больше пить для восполнения жидкости, потерянной путем испарения через поврежденную кожу.

- Можно сделать ванну с прохладной или чуть тёплой водой, добавив в неё полчашки пищевой соды или обтереть кожу водой.

- Можно прикладывать прохладные компрессы к тем местам, которые пострадали больше всего.

- В течение нескольких дней не стоит находиться на солнце, пока не сойдет краснота.

Ласкового солнца Вам и Вашему ребенку!