



# ЭТО НЕОБХОДИМО ЗНАТЬ!



## КАК ОТЛИЧИТЬ ТЕПЛОВОЙ УДАР ОТ СОЛНЕЧНОГО?

**СИМПТОМЫ ТЕПЛОВОГО УДАРА**

- Расстройство сознания
- Расширенные зрачки
- Отдышка, жажда, рвота
- Температура больше 39,6°
- Носовые кровотечения
- Учащенный пульс
- Мышечные боли
- Сухая горячая кожа

**СИМПТОМЫ СОЛНЕЧНОГО УДАРА**

- Сильные головные боли
- Покраснение лица
- Головокружение
- Потемнение в глазах
- Тошнота

**Первая помощь**

- Перенеси пострадавшего в тень или в прохладное место
- Уложить на спину, голову приподнять
- Снять одежду, ослабить пояс
- Тело обернуть холодной водой (обернуть влажной простыней)  
На голову и лоб приложить холодные компрессы.  
Напоить холодной водой.

**ЕДИНЬИЙ ТЕЛЕФОН ЭКСТРЕННЫХ ОПЕРАТИВНЫХ СЛУЖБ – 112**