

Выполнил: курсант 3 курса Косовских Павел Евгеньевич

Уральский институт ГПС МЧС России

Особенности оказания первой помощи при обморожении

Обморожение – это повреждение тканей, возникающее в результате воздействия низких температур.

В первую очередь агрессивному воздействию подвергаются выступающие и недостаточно защищенные части тела: ушные раковины, нос, щеки, кисти рук, стопы. Впоследствии развивается общее переохлаждение организма со снижением температуры тела до критических цифр.

Факторы риска, снижающие эффективность терморегуляции и способствующие развитию обморожения:

- усиленная теплоотдача (резкий ветер, высокая влажность, легкая одежда);
- местное нарушение микроциркуляции (тесная обувь, длительная неподвижность, вынужденное положение тела);
- сопутствующие состояния, ослабляющие устойчивость организма к экстремальным воздействиям (травмы, кровопотеря, физическое или эмоциональное истощение, стресс);
- сосудистые заболевания.[4]

В месте переохлаждения тканей возникает спазм артерий, в результате чего поверхностные слои перестают получать достаточное количество тепла и питательных веществ, а обменные процессы в них замедляются. После значительного снижения температуры клеток, вода в них превращается в кристаллы льда, что приводит к необратимому разрушению и некрозу.

Как и при ожогах, в зависимости от глубины повреждения тканей можно выделить четыре степени:

1. При легком обморожении происходит изменение цвета кожи на небольшом участке. Обычно он приобретает белесый оттенок, а по мере согревания становится ярко-красного цвета. К внешним проявлениям присоединяется зуд, небольшая болезненность, жжение или онемение.
2. При второй степени глубина повреждения тканей увеличивается, в связи с чем, на измененных участках образуются пузыри с прозрачным содержимым.
3. Третья степень обморожения характеризуется повреждением всех слоев кожного покрова, поэтому пузыри нередко заполняются темным или кровянистым содержимым. После заживления нередко образуются дефекты и рубцы.

4. При самой тяжелой степени обморожения развивается некроз мягких тканей, суставов и даже костей. Кожа приобретает синюшный или буроватый оттенок, а впоследствии чернеет.[2]

У детей отморожение развивается значительно быстрее, чем у взрослых, что связано с особенностью строения кожных покровов и их кровоснабжения. Ситуация усугубляется невозможностью ребенка (особенно младшего возраста) критически оценить свое состояние. Продолжая находиться на улице, он может усугубить повреждение. Покраснение открытых участков лица во время прогулки – нормальная реакция сосудов кожи на воздействие окружающей среды. Настораживающий признак – внезапно возникшая бледность кожных покровов: это может свидетельствовать о развивающемся отморожении.

Обморожение также может возникать и при занятиях лыжной подготовкой. Причиной может являться:

- неблагоприятные метеорологические условия
- стесняющая движения одежда, обувь
- слабая физическая активность
- сырая или влажная одежда

Первая помощь при обморожении помогает уменьшить степень повреждения тканей и ускорить дальнейшее выздоровление.

Основные действия, которые следует выполнить, оказывая первую помощь:

1. Прекратить воздействие холода на человека. Согревать лучше всего в теплом помещении, но на время транспортировки необходимо максимально снизить теплопотерю, например, укрыть пострадавшего теплым одеялом или одеждой.
2. После перемещения в теплую комнату, следует раздеть пострадавшего, так как в одежде и обуви он будет согреваться дольше.
3. Постараться согреть участки, которые повреждены в большей степени. При этом нельзя делать это быстро, например, с помощью грелок или горячей ванны.
4. Поскольку есть риск общего переохлаждения, необходимо дать человеку выпить горячий чай или молоко.
5. Если имеются кожные дефекты, их следует прикрыть сухой стерильной салфеткой. Пластырь применять не рекомендуется, так как поврежденный эпидермис может отслоиться вместе с клеевым слоем.

6. Если человек зимой провалился в воду вдалеке от населенных пунктов, следует раздеть его, насухо вытереть и одеть в другую одежду. Если запасной одежды нет, то нужно высушить имеющиеся вещи у костра, не давая при этом пострадавшему замерзнуть.[4]

Следует помнить, что некоторые действия при переохлаждении и обморожении могут ухудшить состояние пострадавшего. В этих ситуациях нельзя:

Давать пить спиртные напитки. Несмотря на то, что на фоне приема алкоголя человек испытывает субъективное улучшение, степень переохлаждения обычно усугубляется. Связано это с тем, что под действием спирта происходит расширение периферических сосудов, и потеря тепла лишь усиливается.

1. Слишком быстро согревать пациента или растирать его, так как эти действия увеличивают область некроза за счет механического повреждения и распространения токсических веществ.
2. Вопреки распространенному мнению, не рекомендуется при обморожении растирать кожу с использованием снега.
3. Вскрывать пузыри и обрабатывать их антисептиком, так как при этом открываются входные ворота для инфекции.[3]

Если вовремя оказать необходимую первую помощь при обморожении, а затем доставить пациента в больницу, то можно спасти здоровье, а иногда и жизнь пострадавшего.

Чтобы предотвратить переохлаждение и холодовое повреждение мягких тканей следует соблюдать несколько правил:

- не употреблять спиртные напитки в холодную погоду на улице;
- курение также делает человека более уязвимым;
- не использовать тесную обувь и легкую одежду, так как прослойка воздуха замедляет охлаждение;
- надевать шапку, варежки и шарф;
- выходя зимой на улицу, не надевать металлические украшения;
- в мороз периодически осматривать лицо, особенно кончик носа, и конечности;
- при первых признаках обморожения, постараться вернуться в теплое помещение;
- не мочить кожу, так как при этом потери тепла увеличиваются.
- не надевать мокрую, влажную одежду и обувь [1]

Таким образом, человек должен знать профилактические меры, исключаящие обморожение и первую помощь при получении обморожения.

1. Основы медицинских знаний: Учебное пособие. Р.В. Тонкова – Ямпольская, Т. Я. Черток, И. Н. Алферова. М.: Просвещение 1981. – 319с.
2. Муразян Р.И.: Отморожения конечностей. - М.: Медицина, 1984, с 256.
3. Котельников В.П.: Отморожения. - М.: Медицина, 1988, с 112.
4. Сайт МЧС <http://61.mchs.gov.ru/document/614757>