

# ЭТО НЕОБХОДИМО ЗНАТЬ!

## КАК ОТЛИЧИТЬ ТЕПЛОВОЙ УДАР ОТ СОЛНЕЧНОГО?



### СИМПТОМЫ ТЕПЛОВОГО УДАРА

- Расстройство сознания
- Расширение зрачков
- 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.

**ЕДИННЫЙ ТЕЛЕФОН ЭКСТРЕННЫХ ОПЕРАТИВНЫХ СЛУЖБ – 112**