**Первая помощь при тепловом ударе**

**Тепловой удар** — перегревание тела при одновременной низкой его теплоотдаче.

**Симптомы**

* общая слабость, холодный мелкий пот, прежде всего над верхней губой, в носогубной складке, на лице, резкая бледность, головная боль, тошнота, учащение и ослабление пульса, учащенное и поверхностное
* дыхание, расширение зрачков, оглушенность, неуверенность движений, шаткая походка, временами обморочные состояния, повышение температуры тела до 39-40◦С.

Тепловой удар тяжелой степени, как правило, развивается внезапно. Лицо гиперимировано (покраснело), позже – бледно-синюшное. Наблюдаются случаи изменения сознания (от легкой степени до его потери), судороги, бред, галлюцинации, повышение температуры тела до 41-42◦С, случаи внезапной смерти.

**Действия при тепловом ударе**

* пострадавшего быстро перенесите в тихое прохладное помещение или в тень, положите на спину, подложите под голову подушку или сложенное одеяло, освободите от одежды, мешающей нормальному дыханию;
* дайте пострадавшему холодную (лучше минеральную) воду, крепкий чай, кофе, на голову наложите компресс из смоченного в холодной воде полотенца или салфетки, протрите тело холодной водой;
* при наличии ожогов обработайте их;
* при отсутствии сознания, обеспечьте проходимость верхних дыхательных путей.