

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ СОЛНЕЧНЫХ ОЖОГАХ У ДЕТЕЙ: ЧТО ДЕЛАТЬ?

Лето — время прогулок, игр на свежем воздухе и ярких впечатлений! Но вместе с тем возрастает риск солнечных ожогов, особенно у детей — их кожа гораздо более чувствительна к ультрафиолету.

Компания ООО «Арсенал МС» напоминает: профилактика лучше лечения, но если ожог всё-таки случился, важно действовать правильно.

Как распознать солнечный ожог у ребёнка?

Обратите внимание на следующие симптомы:

- покраснение кожи;
- болезненность и жжение;
- отёчность;
- в тяжёлых случаях — появление волдырей, повышение температуры тела, слабость.

Первая помощь: пошаговая инструкция

Уведите ребёнка в тень или в помещение. Прекратите воздействие солнечных лучей — это первый и самый важный шаг.

Охладите кожу. Приложите прохладную влажную ткань или сделайте компресс.

Можно также принять прохладный душ (не ледяной!) в течение 10–15 минут.

Увлажните кожу. Используйте специальные средства после загара с пантенолом или алоэ вера. Они помогут успокоить кожу и ускорить заживление.

Обеспечьте обильное питьё. Солнечный ожог может привести к обезвоживанию.

Давайте ребёнку чистую воду комнатной температуры.

При сильной боли можно дать детский обезболивающий препарат в возрастной дозировке (предварительно проконсультируйтесь с врачом или фармацевтом).

Наденьте свободную одежду из натуральных тканей, чтобы избежать трения поражённых участков кожи.

Когда нужно срочно обратиться к врачу?

Немедленно обратитесь за медицинской помощью, если у ребёнка:

- появились волдыри большого размера или на большой площади тела;
- поднялась температура выше 38°C;
- наблюдается озноб, тошнота, головокружение;
- ожог затронул лицо, глаза, уши или область паха;
- состояние ухудшается, несмотря на принятые меры.

Профилактика солнечных ожогов у детей

Чтобы избежать неприятностей:

- избегайте прогулок под открытым солнцем в период с 11:00 до 16:00;
- используйте солнцезащитные кремы с SPF 50+ для детей, наносите их каждые 2 часа и после купания;
- надевайте лёгкую одежду с длинными рукавами, широкополые шляпы и солнцезащитные очки;
- следите, чтобы ребёнок пил достаточно воды.

Помните: своевременное обращение к врачу — залог быстрого и безопасного выздоровления.

Если у вас возникли вопросы о получении медицинской помощи в рамках ОМС, специалисты ООО «Арсенал МС» всегда готовы помочь!

Телефоны "горячей" линии:

- 8 (800) 700-07-76 (бесплатно по России),
- +7 (978) 0-333-333 (для Республики Крым),
- +7 (978) 0-777-777 (для города Севастополя). Сайт: www.arsenal-ms.ru

Берегите себя и своих детей!