**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**«Обморожения у детей»**



Обморожения у детей – далеко не редкость. Среди самых частых именно детских обморожений – железное обморожение. Дети любят проверять, прилипает ли язык к ручке двери. В этом случае, нужно полить теплой, но не горячей водой на прилипший к железу язык. Если есть рана, нужно обратиться к врачу.

Чтобы не произошло случайное обморожение у ребенка, обязательно надевайте ему варежки. Стоит быть аккуратными при гулянии в мороз на улице:

* не катать ребенка на качелях;
* не разрешать лазить по металлическим снарядам;
* не давать лопатку с металлической ручкой;
* металлические детали санок нужно окутать одеялом.

 **ПОМНИТЕ**, что у малышей организм еще не приучен

 регулировать теплообмен, поэтому маленькие дети

 наиболее склонны к обморожению. Младенцы даже

 при 0°С могут получить обморожение.

 Детки постарше тоже могут сильно замерзать без движения, постояв, посидев на улице продолжительное время. Не стоит забывать и о том, что промокшая одежда – дополнительный фактор обморожения. Дети могут пропотеть от лишней одежды или игры в снежки, других подвижных игр. Самые доступные для мороза участки на теле ребенка: щечки, подбородок, пальцы рук, носик, ушки. Если произошло обморожение ног, нужно нести ребенка на руках, а не заставлять бежать, стучать ножками для согревания.

**Обморожение у детей можно определить по признакам:**

* бледная, холодная кожа с мурашками или белыми пятнами;
* дрожь;
* сонливость или излишняя разговорчивость;
* трудности с произношением слов, отрывистость речи;
* кожа теряет чувствительность, становится твердой на ощупь;
* температура тела около 35°С.

При легкой степени обморожения, помещаем ребенка в теплую ванну с температурой 36-37°С, доводим в течение 40 минут до 40°С. Аккуратно массируем части тела. После ванны вытираем ребенка, накладываем повязки из марли, ваты и целлофана, заворачиваем в шерстяную ткань. Если произошло обморожение пальцев, то обязательно следует проложить между ними полоски бинта. Напоите ребенка горячим молоком или чаем.

Выбирайте одежду и обувь для детей из качественных материалов, которые не позволят ребенку промокать и замерзать. Не нужно толстого комбинезона. Ребенок не должен в нем потеть. Лучше купить термобелье и надевать от -15°С. Обувь и перчатки должны быть водонепроницаемы.

Как проводится первая помощь при обморожении хорошо бы знать каждому заранее, но пусть она не пригодится никому. Кстати, дорогие женщины, в

 сильные морозы лучше исключить ношение сережек,

 колец, даже золотых и серебряных.

 **Будьте здоровы!**

 **Подготовила: ст. воспитатель Савинова Л.О.**