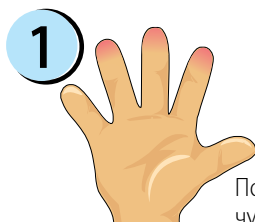




## Признаки обморожения



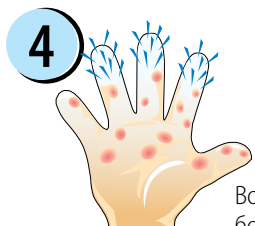
Потеря чувствительности пораженных участков



Ощущение покалывания или пощипывания



Побеление кожи, отечность, зуд – I степень обморожения



Волдыри и сильная боль – II степень обморожения



Потемнение кожи и отмирание пораженных участков – III степень обморожения



Омертвление кожи, мягких тканей и костей – IV степень обморожения

## Симптомы переохлаждения



### Легкое переохлаждение

Появляется «гусиная кожа», озноб, дрожит нижняя челюсть, затрудняется речь. Температура тела падает до 32–34 градусов, пульс замедляется. Симптомы сигнализируют о возможном обморожении I–II степени.



### Среднее переохлаждение

Появляется сонливость, кожа бледная или синеватая. Температура тела падает до 29–32 градусов, пульс и дыхание замедляются. Наступает обморожение лица и конечностей I степени, возможно обморожение до II–IV степени.



### Тяжелое переохлаждение

Происходит потеря сознания, судороги, возможна рвота. Температура падает ниже 31 градуса, пульс и дыхание замедляются. Наступает обморожение II–IV степени, возможно оледенение конечностей.

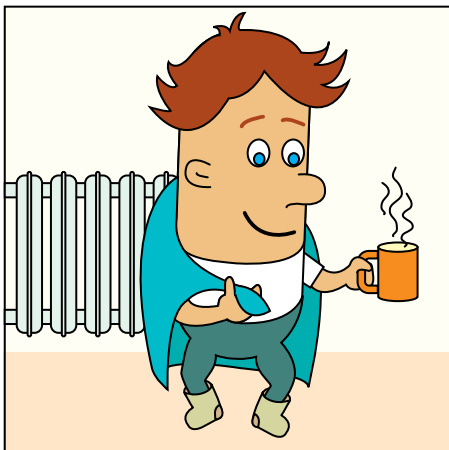
# ПАМЯТКА

## ДЛЯ РАБОТНИКА



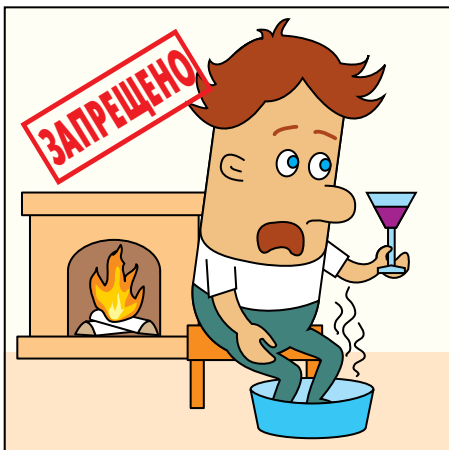
— СПРАВОЧНИК СПЕЦИАЛИСТА —  
ПО ОХРАНЕ ТРУДА

### Что нужно делать при обморожении и переохлаждении



- Как можно быстрее уйдите в теплое место.
- Выпейте горячий и сладкий напиток, поешьте горячей еды.
- Переоденьтесь в сухую одежду.
- Укутайтесь в одеяло.
- На пораженные участки тела наложите тепло-изолирующую повязку и оберните одеялом.
- Вызовите скорую помощь.

### Что нельзя делать при обморожении и переохлаждении



- Не употребляйте алкоголь. Он расширяет сосуды, поэтому дает ощущение тепла, но на самом деле не согревает.
- Не растирайте обмороженные участки снегом, маслом или вазелином. Организм должен согреваться постепенно изнутри, без агрессивного внешнего воздействия.
- Не отогревайте обмороженные конечности у костра или в горячей воде. Это способствует тромбообразованию в сосудах, что углубляет процессы разрушения пораженных тканей.

