

# Первая помощь при солнечном ударе

ДОЛГОЕ ПРЕБЫВАНИЕ НА СОЛНЦЕ С НЕПОКРЫТОЙ ГОЛОВОЙ МОЖЕТ СОЛНЕЧНОМУ УДАРУ!

ПРИЗНАКИ: сонливость, повышение температуры, возможен обморок.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ СОЛНЕЧНОМ УДАРЕ:

- перейти в прохладное место,
- принять положение полусидя или лежащее положение на правом боку,
- протирайте лоб и тело холодным полотенцем,
- как можно больше пейте.

ПРОФИЛАКТИКА: ограниченное время пребывания на улице в жаркий день. Для прогулок благоприятны тенистые парки и аллеи, избегать прямых солнечных лучей, наличие головного убора.