

# Солнечный удар у ребенка. Что делать?



И ещё один важный момент летом - солнечный удар у детей. Это очень серьезный и коварный враг каждого ребенка, поджидающий его летом в самых неожиданных местах. Возникает вялость, недомогание, покраснение лица, тошнота, рвота, головная боль, учащенное сердцебиение, одышка, потемнение в глазах, повышение температуры тела. Далее могут присоединиться галлюцинации, бред, нарушение ритма сердца (учащенная или замедленная частота сердечных сокращений). Ребенку с признаками солнечного удара необходимо немедленно вызвать скорую помощь! Как избежать солнечного ожога и солнечного удара? Следует знать, что тепловой удар не всегда наступает под прямыми солнечными лучами – скорее он застанет вас врасплох в душном помещении, очень часто в автомобилях, общественном транспорте.

- Неизменное, очень важное правило в летнее время – наличие головного убора.
- И еще одна успешная профилактическая мера – достаточное питьё.

Запомнив эти простые, но важные правила, вы будете практически застрахованы от теплового удара и легко обезопасите своего малыша.