



Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны,  
чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий

---

**Сильный мороз. Обморожение**

Для обморожения совсем не обязательно дожидаться, когда столбик термометра опустится до  $-30^{\circ}\text{C}$  — его столь же легко получить при температуре воздуха около нуля.

Обмороженные участки тела нельзя быстро нагревать (например, сразу подставлять пальцы под горячую воду), а тем более интенсивно растирать, особенно снегом. Лучше поместить пострадавшую часть тела в теплую воду и медленно (20—30 мин.) ее нагревать, а потом вытереть и наложить чистую повязку. Если на коже вздулись пузыри, вскрывать их нельзя. При сильных обморожениях рук между пальцами прокладывают бинты, чтобы ткани не срослись. Как и ожоги, обморожения лучше не смазывать никакими мазями или кремами.

### **Различают обморожение общее и местное.**

**Общее** обморожение наступает обычно при длительном пребывании на холоде. Признаки: озноб, ненормально холодная кожа, бледное лицо, апатия, сонливость, нарушение координации движений. Ваши действия: заверните пострадавшего во что-нибудь теплое; дайте ему горячего сладкого чая или кофе; разотрите его сухой шерстяной тканью до тех пор, пока кожа не покраснеет, а руки и ноги не станут подвижными; если пострадали вы, то по возможности примите горячую ванну и после нее разотритесь досуха.

**Местное обморожение:** различают четыре степени. Определить каждую из них можно только после того, как подвергшаяся воздействию холода часть тела оттаяла и согрелась. **При обморожении первой степени** кожа вначале бледнеет, становится нечувствительной, затем припухает, краснеет.

**При обморожении второй степени** на коже образуются пузыри, наполненные мутной или слегка кровянистой жидкостью.

**При обморожении третьей степени** появляются пузыри с кровянистым содержимым, кожа становится омертвевшей, а при длительном воздействии холода гибнут и более глубоко лежащие ткани (**четвертая степень**).

Ваши действия: ни в коем случае нельзя сильно растирать отмороженные участки, так как можно повредить кожу и открыть доступ микробам, вызывающим нагноение. Обмороженное место следует сначала хорошенько протереть спиртом, затем слегка растирать мягкой сухой шерстяной тканью до появления красноты и возвращения чувствительности, а после этого смазать каким-либо несоленым жиром. Если на обмороженном участке появились пузыри, надо протереть его спиртом, завязать чистым бинтом и обратиться к врачу.

