

Тому **НЕОБХІДНО:**

✚ припинити дію охолодження, зігріти кінцівки для відновлення кровообігу;

✚ доставити постраждалого до найближчого теплого приміщення, зняти з нього взуття, верхній одяг, шкарпетки та рукавички;

✚ викликати швидку медичну допомогу;

✚ при обмороженні I ступеня охоложені ділянки тіла, зігріти до почервоніння теплими руками, легким масажем, розтиранням вовняною тканиною, диханням, а потім накласти ватно-марлеву пов'язку;

✚ **при обмороженні II-IV ступеня швидко зігрівання, масаж або розтирання не робити!** Накласти на уражену поверхню теплоізолюючу пов'язку, уражені кінцівки зафіксувати підручними засобами поверх пов'язки. Ураженому дати пити теплу рідину, гарячу їжу, невелику кількість алкоголю, таблетку аспірину або анальгін, по 2 таблетки „Но-шпи” або папаверину;

✚ не розтирати обморожені місця снігом;

✚ не застосовувати швидко зігрівання обморожених кінцівок;

✚ не змащувати обморожені місця оліями та іншими жирами, і не розтирати кінцівки спиртом при глибокому обмороженні.



Навчально-методичний  
центр цивільного захисту та  
безпеки життєдіяльності  
Чернівецької області

# ІНФОРМУЄ...

## НЕБЕЗПЕКА ОБМОРОЖЕННЯ



*пам'ятка населенню*

Адреса НМЦ ЦЗ та БЖД  
Чернівецької області:

58001, м. Чернівці, вул. Кордуби, 9,  
т. (0372) 57-75-17, ф. (0372) 52-47-48,  
<http://www.nmc.cv.ua>  
e-mail: [nmc.chernivtsi@mns.gov.ua](mailto:nmc.chernivtsi@mns.gov.ua),  
[metodcv.nmc@ukr.net](mailto:metodcv.nmc@ukr.net)  
(методичний кабінет)

**Розповсюджується безкоштовно!**

Чернівці

**Обмороження** – це пошкодження будь-якої частини тіла (включно до відмирання тканин), яке виникає внаслідок впливу низьких температур оточуючого середовища.

Найчастіше обмороження виникає при температурі повітря нижче мінус 10–20 °С.

При довготривалому перебуванні на відкритому повітрі, особливо за умов високої вологості та сильному вітрі, обмороження може виникнути навіть восени та навесні при температурі повітря вище нуля, особливо коли людина перебуває у стані важкого алкогольного сп'яніння.

#### **Ступені обмороження**

**Обмороження I ступеня** виникає при нетривалому впливі низької температури на організм людини. Уражена ділянка шкіри бліда, після відігрівання червоніє, в деяких випадках має темно-червоний відтінок, починається розвиток набряку. Омертвіння шкіри не виникає. Наприкінці тижня після обмороження може розпочатися незначне лущення шкіри. Повне одужання відбувається на 5-7 день після обмороження.

**Перші ознаки такого обмороження** – відчуття печіння, поколювання з подальшим онімінням ураженої ділянки тіла. Потім виникають свербіння шкіри та незначний або сильний біль.

**Обмороження II ступеня** виникає при більш тривалому контакті з хо-

лодом. На початковій стадії виникає блідість, охолодження та втрата чутливості в ураженій ділянці тіла, проте ці прояви виникають при всіх ступенях обмороження. Найбільш характерною ознакою **II ступеня** травми – це виникнення в перші дні після обмороження пухирів, наповнених прозорою рідиною. Повне відновлення шкіри відбувається протягом 1-2 тижнів без грануляцій та рубців. При обмороженні II ступеня після відігрівання виникає біль, більш інтенсивний та тривалий ніж при травмі I ступеня. Має місце свербіння та печіння шкіри.

При **обмороженні III ступеня** тривалість періоду впливу холоду та зниження температури ураженої ділянки організму людини збільшується. Пухирі, що виникли на початковій стадії, заповнені рідиною з кров'ю, їхнє дно фіолетово-червоного кольору, нечутливе до дотику.

Відбувається відмирання всіх елементів шкіри з виникненням опісля одужання на цих місцях грануляцій та рубців. Уражені нігті знову не відростають або відростають деформованими. Відторгнення відмерлих тканин закінчується за 2-3 тижні, після чого розпочинається рубцювання, яке триває до одного місяця. Інтенсивність та тривалість болю більш виражена, ніж при обмороженні II ступеня.

**Обмороження IV ступеня** виникає при довготривалому впливі холоду. Зниження температури в уражених ділянках тіла при ньому найбільше. Воно часто поєднується з обмороженням III і II ступенів. Відмирають усі прошарки м'яких тканин, нерідко уражаються кістки та суглоби. Уражена ділянка тіла темно-синього кольору, інколи з мармуровим малюнком. Набряк виникає одразу після відігрівання і швидко збільшується. Температура ураженої ділянки шкіри значно нижча ніж на прилеглих частинах тіла. Пухирі виникають на менш уражених ділянках, де виникло обмороження III-II ступенів. Відсутність пухирів при швидкому та значно поширеному набряку, відсутність чутливості свідчать про наявність обмороження IV ступеню. Під час довготривалого перебування людини під впливом низької температури виникають не тільки місцеві ураження частин тіла, але і загальне охолодження організму. Під загальним охолодженням розуміють стан, який виникає при зниженні температури тіла нижче **+34°C**.

#### **Перша допомога при обмороженнях**

Дії при наданні першої медичної допомоги відрізняються в залежності від ступеня обмороження, стану загального охолодження організму людини, її віку та наявних хвороб.