

# ЧЕМ ОПАСНО ОБМОРОЖЕНИЕ

**Зима. Морозец трескучий, но не слишком, ясное небо - самая лыжно-саночная погода!**

**«Ой! А что это с моими щеками? Я их не чувствую!**

**Снегом их растереть, что ли?»**

**СТОП! НИКАКОГО СНЕГА! СРОЧНО ИДТИ ДОМОЙ!**

**Потеря чувствительности - один из первых признаков обморожения! Обморожение - это очень серьезно! И опасно! И больно! Чтобы этого не случилось, нужно помнить, что обморозиться можно не только при сильном морозе. Большую роль играет влажность воздуха: чем она выше, тем обморозиться легче.**

**При первой степени обморожения КОНЕЧНОСТИ БЛЕДНЕЕЮТ И ТЕРЯЮТ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ. Кроме ушей (уши краснеют).**

**В этом случае конечности растирают сухими руками до тех пор, пока они - конечности - не согреются. Руками, а не снегом или колючей варежкой! И дома, а не на морозе!**

**Еще рекомендуется делать ванны с прохладной водой и постепенно повышать ее температуру до температуры тела. Потом обмороженные конечности надо осушить полотенцем и наложить мягкие согревающие повязки.**

**При второй степени обморожения на коже появляются пузыри - почти как при ожогах. СРОЧНО к врачу!**

