

## Признаки солнечного ожога у детей



Солнечный ожог, как правило, приобретает медленно и незаметно. Приблизительно через несколько часов пребывания под открытыми солнечными лучами детская кожа делается красноватой или розовой, горячей и сухой на ощупь, возникает зуд и чувство жжения. Ребенок выражает беспокойство, часто плачет или, напротив, становится сонным. Кожа продолжает быть эластичной, но касание к ней довольно болезненно, иногда возникают небольшие отеки. При начальной степени ожога волдырей обычно не бывает.

Довольно часто, эти признаки вынуждают родителей побеспокоиться и убрать ребенка с солнцепека, но ожоги уже заработаны, и спасти обожженную кожу навряд ли удастся. Время, когда проявляются полученные **солнечные ожоги**, наступает примерно через 12-24 часа. Покраснения и неприятные признаки, как правило, начинают уменьшаться через 2 — 3 дня, порой они могут длиться 7 — 10 суток, и в это время даже при незначительных ожогах кожа начинает облезать.

Значительный ожог может привести к появлению волдырей (вторая стадия ожога) и сопровождаться сильной болью в районе поражения, головной болью, слабостью, тошнотой, ознобом, рвотой, увеличением температуры. В тяжелых случаях вероятно появление шокового состояния — липкая и холодная кожа, бледность, нарушение зрения, затрудненное дыхание, ощущение частичной оглушенности, утрата сознания.

### **Что нужно предпринимать в подобных случаях?**

1. Сразу же переместите ребенка в тень.
2. Непременно позвоните в «скорую помощь» или лично обратитесь к доктору, если присутствуют следующие симптомы:

- Даже маленький солнечный ожог у детей первого года жизни (кожа ребенка более восприимчива к ожогам);

- Увеличение температуры тела до 38,5°C и выше, озноб;
  - Тошнота, сонливость, рвота;
  - Утрата сознания;
  - Появление водянистых волдырей на коже (признаки второй [степени ожога](#));
  - Покраснение кожи (ожог первой степени), образовавшееся на значительной поверхности туловища;
3. До появления «скорой помощи» или при минимальном солнечном ожоге, когда ребенок не сильно пострадал, самостоятельно произведите такие действия.

- Чтобы уменьшить болезненные ощущения, постоянно сбрызгивайте или смачивайте потерпевший участок кожи холодной водой из крана (в процессе испарения она будет снижать температуру кожи), положите намоченный в холодной воде носовой платок ребенку на плечи либо укутайте его в мокрое полотенце. Для снижения температуры кожи, так же можно эффективно применять сок алоэ, огуречный и томатный соки, остуженный черный чай.
- Кожу, также можно смазать косметическими препаратами, которые предназначены для применения после загара или медицинскими аэрозолями против ожогов, если подобные есть под рукой. Все особые лечебные препараты, используемые при ожогах, изготавливаются на водном основании и обеспечивают добавочное увлажнение пораженного участка кожи. Волдыри прокалывать не рекомендуется. Если они лопаются, попытайтесь не занести в эти области инфекцию и приложите стерильную и сухую марлевую повязку. При отсутствии подобной повязки сгодится чистый выглаженный носовой платок.
- Оденьте ребенка в просторную одежду, чтобы максимально уменьшить раздражение кожи.
- Заставляйте его пить, как можно чаще и больше для возмещения резервов жидкости в организме, которая была потеряна путем испарения через обожженную кожу.
- В случае появления рвоты положите ребенка на бок.
- При увеличении температуры выше 38,5 С на лоб, паховые участки и мышцы голени можно наложить прохладный компресс — ёмкость с холодной жидкостью или бутылку со льдом либо же дать ребенку препараты понижающие температуру, если такие есть в наличии: ибупрофен, парацетамол.
- В домашних условиях полностью снимите с ребенка одежду. Комната обязана быть проветренной и затемненной. Можно набрать малышу ванну с «летней» или немного тёплой водой, добавив туда полстакана пищевой соды или тщательно обмыть кожу приготовленным раствором

уксуса и воды в пропорции 1:1. Можно приложить холодные компрессы к тем участкам, которые были повреждены больше всего.

Где будет осуществляться **лечение солнечного ожога** в больнице или в домашних условиях, решает доктор. В домашней обстановке можно вылечить ожог первого уровня, который поразил сравнительно небольшие области кожи. На протяжении нескольких суток не нужно находиться на солнце, пока не исчезнут покраснения. На кожу наносятся медицинские лекарства в виде различных аэрозолей против кожных ожогов. Когда кожа начнет облезать, используют размягчающие лосьоны или кремы.



**Солнечный удар** (один из видов теплового удара) — повреждение главной нервной системы (ГНС), появляющееся в результате значительного перегрева головного мозга открытыми солнечными лучами, но в отдельных случаях подобный солнечный удар возможен и при пребывании малыша в тени. Впоследствии можно наблюдать существенные перемены в обмене веществ, что в ближайшем времени приводит к недостатку кислорода в организме, от которого повреждается в главную очередь ГНС, может сформироваться отек мозга, а также нанести вред функциям, которые отвечают за полноценную работу жизненно необходимых систем и органов. Предрасполагают к **тепловому удару** вместе с высокой температурой окружающей среды и открытым влиянием солнечных лучей большая влажность воздуха, тихая погода, несоответствующее погоде одяние ребенка, изменение физиологических механизмов терморегуляции, в особенности у малышей годовичного возраста, неправильный или недостаточный питьевой режим при сильной жаре, разнообразные болезни ГНС.