

Консультация для родителей на тему:
"Что делать, если ребенок обморозился"

Исполнитель: Богер Наталья Николаевна

Елисеева Наталья Сергеевна

воспитатель МБДОУ

Детский сад № 6 «Ромашка»

Междуреченск, 2026

Консультация для родителей: "Что делать, если ребенок обморозился"

Зима – прекрасное время года, но, к сожалению, она несет с собой и риски для здоровья наших детей, особенно это касается обморожений. Важно знать, как предотвратить обморожение и что делать, если это все-таки произошло. Эта консультация поможет вам быть готовыми к таким ситуациям.

Что такое обморожение?

Обморожение – это повреждение тканей организма в результате воздействия низких температур. Чаще всего страдают выступающие части тела: нос, уши, щеки, пальцы рук и ног.

Признаки обморожения:

- **Первая стадия:** Бледность кожи, потеря чувствительности, покалывание или пощипывание. Кожа может стать восковой на вид.
- **Вторая стадия:** Образуются волдыри, наполненные прозрачной или кровянистой жидкостью. Кожа становится синюшной.
- **Третья и четвертая стадии:** Повреждение глубоких тканей, вплоть до омертвления.

Как предотвратить обморожение?

- **Правильная одежда:**
 - Одевайте ребенка по принципу "многослойности". Несколько тонких слоев одежды лучше, чем один толстый.
 - Одежда должна быть из натуральных тканей (шерсть, хлопок) или современных синтетических материалов, отводящих влагу.
 - Обязательно надевайте шапку, варежки или перчатки, шарф.
 - Обувь должна быть теплой, непромокаемой и не тесной.
- **Защита кожи:**
 - Перед выходом на улицу смазывайте открытые участки кожи специальным защитным кремом от мороза.
- **Пребывание на морозе:**

- Ограничьте время пребывания на морозе.
- Делайте перерывы на обогрев в теплом помещении (кафе, магазин и т.д.).
- Во время прогулки активно двигайтесь, чтобы согреться.
- Обращайте внимание на состояние кожи ребёнка – если она начала бледнеть, пора заходить в помещение.
- **Дополнительные меры:**
 - Следите за тем, чтобы ребенок не трогал металлические предметы на морозе голыми руками.
 - Избегайте прогулок на морозе в ветреную погоду.
 - Не позволяйте детям облизывать металлические поверхности.
 - Помните, что маленькие дети и пожилые люди более подвержены обморожениям.
 - Следите за прогнозом погоды и одевайте ребенка соответственно.

Что делать, если вы заподозрили обморожение?

Важно! Не занимайтесь самолечением. Первая помощь – это только временная мера до оказания квалифицированной медицинской помощи!

- **Как можно быстрее заведите ребенка в теплое помещение.**
- **Снимите с ребенка мокрую или тесную одежду и обувь.**
- **Согревайте пораженные участки тела постепенно:**
 - Растирайте обмороженные участки тела мягкой тканью. **Ни в коем случае не трите снегом!** Это может нанести еще больший вред.
 - Погрузите обмороженные руки или ноги в теплую (не горячую!) воду (около 37-40°C). Постепенно повышайте температуру воды.
 - Можно использовать теплое дыхание для согревания лица, носа и ушей.
- **Дайте ребенку теплое питье:** чай, морс, компот.

- **Накройте пораженные участки тела сухой стерильной повязкой (марлей).**
- **Обеспечьте покой обмороженным участкам тела.**
- **Немедленно обратитесь к врачу!** Даже если вам кажется, что обморожение незначительное.

Чего делать нельзя?

- **Растирать обмороженные участки тела снегом!**
- **Согревать обмороженные участки тела горячей водой или возле открытого огня!** Это может привести к ожогам.
- **Использовать открытый огонь (батареи, обогреватели) для быстрого согревания обмороженных конечностей.**
- **Вскрывать волдыри!**
- **Давать ребенку алкоголь!**
- **Наносить на обмороженные участки тела жирные крема или масла до осмотра врача!**

Помните! Своевременное выявление признаков обморожения и оказание первой помощи помогут избежать серьезных последствий для здоровья вашего ребенка. Будьте внимательны и заботливы, и пусть зима принесет только радость!

В случае возникновения вопросов обращайтесь к медицинскому работнику детского сада или к своему лечащему врачу.