      В редакции газет

**Пермский край**

**Краснокамский муниципальный район**

**МКУ «Управление гражданской защиты,**

**экологии и природопользования**

**Краснокамского муниципального района»**

**(МКУ «УГЗЭП»)**

ул. Комарова, 14, г. Краснокамск,

Пермский край, 617065

Тел. 4-32-30, факс 4-32-82

mchs-kr@inbox.ru

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_№\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

***Обморожение и переохлаждение организма***

Вследствие длительного пребывания человека на холоде развивается **переохлаждение организма**. При охлаждении какой-либо части тела происходит повреждение тканей – **обморожение.**

**ПРИЗНАКИ ОБМОРОЖЕНИЯ**: болезненность кожи, затем онемение и потеря чувствительности обмороженного участка. После согревания при обморожении легкой и средней тяжести появляется боль. В особо тяжелых случаях местного переохлаждения развивается гангрена.

**Помощь при переохлаждении и обморожении:**

***При обморожении нужно немедленно согреть пострадавшего в ванной, повышая температуру в течение 30 минут с 36 до 40 градусов, в это время давать теплую пищу или питье;***

***После согревания кожу обтирают спиртом, а на пораженный участок тела накладывают повязку со слоем ваты.***

*Нельзя растирать ознобленный участок тела снегом или льдом;*

*При легком переохлаждении организма повысить температуру тела поможет физическая нагрузка- приседание, прыжки и пробежки;*

Начальник курсов ГО МКУ «УГЗЭП» М.В. Гилёва