

## КАК ОТЛИЧИТЬ ТЕПЛОВОЙ УДАР ОТ СОЛНЕЧНОГО?

### СИМПТОМЫ ТЕПЛОВОГО УДАРА

- Расстройство сознания
- Расширение зрачков
- Отдышка, жажда, рвота
- Температура больше 39,6°
- Носовые кровотечения
- Учащенный пульс
- Мышечные боли
- Сухая горячая кожа

### СИМПТОМЫ СОЛНЕЧНОГО УДАРА

- Сильные головные боли
- Покраснение лица
- Головокружение
- Потемнение в глазах
- Тошнота

### Первая помощь

Перенести пострадавшего  
в тень или в прохладное место



Уложить на спину,  
голову приподнять



Снять одежду, ослабить пояс



Тело обтереть холодной водой  
(обернуть влажной простыней)  
На голову и лоб приложить  
холодные компрессы.  
Напоить холодной водой.

