**Первая помощь при солнечном ударе**

**Солнечный удар** чаще всего поражает в жаркий день людей, с непокрытой головой, долго пребывающих под воздействием прямых солнечных лучей. Особенно опасно спать на солнцепеке.

**Симптомы солнечного удара**

* Сильное покраснение кожи головы; кожа горяча на ощупь.
* Шум в ушах.
* Повышение температуры.
* Головокружение, головная боль.
* Тошнота, рвота.
* Повышенное беспокойство, помутнение, иногда потеря сознания.
* У детей с солнечным ударом наблюдается бледность, повышение температуры тела.

Симптомы, наблюдаемые при **солнечном ударе**, похожи на те, которые бывают при менингите, но в последнем случае болезнь вызывают бактерии и вирусы.

**Помощь при солнечном ударе**

Своевременная **помощь при солнечном ударе** позволит пострадавшему быстро отойти от потрясения. Алгоритм оказания помощи следующий:

* Перенести пострадавшего в прохладное место.
* Приподнять голову и верхнюю часть туловища.
* Положить на голову мокрое полотенце.
* Дать выпить холодной воды.
* Вызвать врача.
* Поддерживать жизненно важные функции.
* При нарушении дыхания приступить к выполнению искусственного дыхания.