

## **СОЛНЕЧНЫЙ ОЖОГ У РЕБЕНКА, СИМПТОМЫ (ПРИЗНАКИ)**

*Солнечный ожог у детей*, как правило, проявляется медленно и незаметно. Приблизительно через несколько часов пребывания под открытыми солнечными лучами, кожа становится красноватой или розовой, горячей и сухой на ощупь, появляются зуд, чувство жжения и боль. Ребенок беспокоен, часто плачет или, напротив, становится вялым, сонливым. Прикосновение к коже довольно болезненно, иногда на месте ожога возникает небольшая припухлость. При ожоге первой степени пузырей обычно не бывает.

Довольно часто эти признаки вынуждают родителей беспокоиться и убрать ребенка с солнцепека, но ожоги уже получены, и спасти обожженную кожу вряд ли удастся.

Солнечный ожог у ребенка проявляется примерно через 12-24 часа. Краснота и неприятные симптомы обычно уменьшаются через 2-3 суток, иногда выздоровление может затягиваться до 7-10 дней.

Кожа даже при небольших ожогах начинает шелушиться.

При сильном солнечном ожоге (ожог второй степени) помимо покраснения и отека на коже появляются волдыри. Все это может сопровождаться сильной болью в области поражения, общей слабостью, головной болью, тошнотой, рвотой, ознобом и повышением температуры тела. В тяжелых случаях возможно развитие ожогового шока - бледность, холодная и липкая кожа, затрудненное дыхание, нарушение зрения, потеря сознания. На избавление от ожогов второй степени может потребоваться несколько недель.

### **Солнечный ожог у ребенка, первая помощь**

1. Перенесите ребенка в тень.
2. Обязательно вызовите «скорую помощь» или самостоятельно обратитесь к врачу, если имеются следующие явления:
  - даже незначительный солнечный ожог у ребенка первого года жизни (кожа младенцев более чувствительна к ожогам);
  - озноб, повышение температуры до 38,5°C и выше;
  - головная боль;
  - отечность на лице и руках;
  - образование волдырей на коже (т.е. вторая степень ожога);
  - ожог первой степени (покраснение), затронувший большую поверхность тела;
  - наличие признаков инфекции (резкое покраснение кожи, отечность, гной);
  - тошнота, рвота, вялость;
  - потеря сознания.
3. До приезда «скорой» (или при незначительном солнечном ожоге, когда ребенок не очень пострадал) проведите следующие мероприятия:
  - Для облегчения боли, смачивайте или орошайте пострадавший участок кожи прохладной водой (испаряясь, она будет охлаждать кожу);

положите смоченное в прохладной воде полотенце на плечи ребенка либо оберните его во влажное полотенце на 10-15 минут. Эту процедуру можете повторить несколько раз с промежутком 30 минут, только не переохладите ребенка.

- Обработайте кожу косметическими средствами, предназначенными для нанесения после загара или лекарственными аэрозолями против ожогов, если таковые имеются под рукой.

- Наденьте на ребенка свободную хлопчатобумажную одежду из мягкой ткани, чтобы свести к минимуму раздражение кожи.

- Чаще предлагайте ребенку питье.

- При появлении рвоты уложите ребенка на правый бок.

- При повышении температуры выше 38,5°C, на голову, голени, паховые области положите на 10-15 минут прохладный компресс или грелку (бутылку) с прохладной водой. Температура воды для обтираний должна быть чуть выше комнатной (ни в коем случае не холодной !!!). Холодная вода может вызвать рефлекторный спазм сосудов, что еще больше усугубит состояние ребенка. Резкий переход от жаркого солнца к холодной воде является для организма стрессовой ситуацией. Жаропонижающие средства при солнечном ударе не эффективны, так как механизм подъема температуры при общем перегреве отличается от такового при инфекционных заболеваниях.

- Разденьте ребенка. Проветрите и затемните комнату. Можете сделать малышу ванну с прохладной или чуть теплой водой, добавив в нее полчашки пищевой соды или обтереть неповрежденную кожу ребенка водой с добавлением уксуса (1 столовая ложка 9% уксуса на 1 литр воды). Можно прикладывать прохладные водные компрессы к тем местам, которые пострадали больше всего.

### **Солнечный ожог у детей лечение**

Где должно проводиться лечение солнечного ожога - дома или в больнице, - решает врач. Дома можно справиться с ожогом первой степени, поразившим относительно небольшие участки кожи. Если врачом принято решение оставить ребенка лечиться в домашних условиях, то малышу назначают обильное питье: воду, чай, компоты, морсы, кисели. В качестве вечернего приема пищи - кисломолочные продукты, например кефир. На другой день можно кормить ребенка молочно-растительной пищей. На кожу наносятся лекарственные средства в виде аэрозолей против ожогов. Через 2-3 дня после выздоровления ребенку снова можно разрешить гулять на солнце, с соблюдением всех предосторожностей.

*Что делать, если у ребенка шелушится кожа?*

Не тревожьтесь, если кожа Вашего ребенка после солнечного ожога начинает шелушиться. Шелушение - естественная часть процесса заживления. Оно обычно начинается спустя несколько дней после солнечного ожога. Наносите на шелушащиеся участки кожи смягчающие кремы или лосьоны.