

Солнечный и тепловой удары

Симптомами теплового удара являются: головокружение и головная боль, слабость, рвота, учащенное дыхание и пульс, высокая температура тела, мышечные спазмы, полностью отсутствующее потоотделение, сухая горячая кожа, потеря сознания.

В случае же **солнечного удара все симптомы** проявляются сильнее и проходят дольше. При первом их проявлении нужно сразу начать оказывать помощь при тепловом ударе.

Под длительным воздействием тепла и солнечных лучей получить солнечный удар может абсолютно любой человек, но все же есть люди, наиболее подверженные перегреву:

- Дети и пожилые люди.
- Люди, страдающие диабетом и сердечно-сосудистыми заболеваниями, а также принимающие препараты диуретики.
- Люди с избыточным весом.
- Люди, находящиеся на отдыхе в местах с жарким климатом, а также работающие на жаре или в условиях высоких температур.
- Люди, злоупотребляющие алкоголем.
- Люди, чей организм обезвожен.

