



МЧС РОССИИ

**ГЛАВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ
МИНИСТЕРСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ПО ДЕЛАМ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ,
ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ СИТУАЦИЯМ И ЛИКВИДАЦИИ
ПОСЛЕДСТВИЙ СТИХИЙНЫХ БЕДСТВИЙ
ПО ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ
Отдел надзорной деятельности
и профилактической работы
Тосненского района**

пр.Ленина, д. 16а, г. Тосно,
Ленинградская область, 187000
тел., факс: (81361) 2-21-48
e-mail: ogpntosno@mail.ru
телефон «доверия»: (812) 579-99-99

В редакцию газеты
«Тосненский весник»

В ООО «В.И.-ТОС»

На сайты поселений

14.06.2018 № 127 -2-12-37

На № _____ от _____

ТЕПЛОВОЙ И СОЛНЕЧНЫЙ УДАР☀

На пляже опасность может таиться не только на воде. В жаркие дни человек может упасть в обморок, получить тепловые или солнечные удары.

Признаки теплового и солнечного удара:

- слабость, сонливость, головная боль;
- жажда, тошнота;
- возможны учащение дыхания и повышение температуры, потеря сознания.

При проявлении этих симптомов необходимо:

- незамедлительно вызвать «скорую помощь»;
- перенести или перевести пострадавшего в прохладное место;
- приложить холод к голове, шее, груди. Можно вылить на грудь ведро холодной воды;
- при судорогах - повернуть на бок, прижать плечевой пояс и голову к полу (к земле);

при потере сознания более чем на 3-4 минуты перевернуть на живот.

Старший инспектор отдела надзорной деятельности
и профилактической работы Тосненского района

Ю.В. Сивцова

