

Что такое солнечный ожог?

От обычных термических ожогов солнечные отличаются только тем, что вызываются воздействием ультрафиолетового излучения.

По традиционной классификации, наиболее распространены солнечные ожоги **первой степени**. Для них характерно покраснение и болезненность кожи.

Более длительное воздействие солнечного излучения приводит к ожогам **второй степени** – с образованием волдырей, наполненных жидкостью. Крайне редко солнечное излучение способно вызвать более тяжелые ожоги.



Симптомы солнечного ожога:

- Покрасневшая, горячая на ощупь кожа
- Болезненные ощущения в «сгоревших» местах, небольшой отек
- Повышенная температура
- Легкий озноб

Первая помощь при солнечных ожогах

1. Немедленно спрячьтесь в тень. Покрасневшая кожа – это не признак того, что загар начал «ложиться», а симптомы ожога первой степени. Дальнейшее пребывание на солнце только усилит ожог.

2. Внимательно рассмотрите ожог. Все дальнейшие мероприятия назначаются в зависимости от степени ожога и стадии процесса.

3. Начинают мероприятия с охлаждения обожженной поверхности при помощи различных холодных примочек, льда и компрессов. Охлаждающие компрессы на водной

основе должны прикладываться около 6 часов после получения ожога.

4. Если ожоги незначительные, примите прохладный душ или ванну, чтобы успокоить боль.

5. Регулярно увлажняйте «сгоревшую» кожу специальными средствами, предназначенными для этого.

6. Пока солнечные ожоги заживают, носите свободную одежду с длинными рукавами и штанинами из натурального хлопка или шелка. Грубые ткани или синтетические материалы будут раздражать кожу, вызывая боль и покраснение.

8. Не рискуйте. Пока симптомы солнечного ожога не пройдут полностью, и шелушение кожи не прекратится, не выходите на открытое солнце, даже воспользовавшись солнцезащитным кремом. На восстановление может уйти от четырех до семи дней.

Когда следует обратиться к специалисту?



Ответ на этот вопрос можно получить на основе правильной оценки ожога. В его характеристики входит локализация, распространенность и степень повреждения тканей:

-Любые ожоги лицевой области. Они всегда протекают тяжело и могут привести к образованию грубых рубцов и косметических дефектов;

-Обширные ожоги любой локализации, сопровождающиеся образованием множественных больших пузырей, заполненных прозрачной жидкостью;

-Ожоги любых размеров и локализации с появлением пузырей, содержащих кровянистую жидкость или вскрывшихся элементов с образованием глубоких раневых дефектов.

-Выраженные отеки любой степени при поражении в области лица или в отдаленных от ожога участках.

Необходимость обращения к специалисту в этих случаях связана с медленным и длительным заживанием глубоких солнечных ожогов. С поверхностными повреждениями в виде покраснения кожи в независимости от площади травмирования, или маленьких пузырьков, можно без затруднений справиться в домашних условиях.



После этого тактика будет такой:

1. Через несколько дней, когда хорошо подсушенная поврежденная кожа начинает отшелушиваться, и на её месте появляется новый эпидермис, разрешается подключить мази и кремы на жирной основе. Они обеспечат хорошее увлажнение и защиту кожных покровов.

2. В случае ожогов, сопровождающихся образованием пузырей, тактика определяется их размерами. Небольшие волдыри не вскрываются и подлежат обработке аналогичной, что и при покрасневших участках. Через несколько дней они самостоятельно вскроются, когда поврежденная кожа будет защищена тонким слоем эпидермиса под пузырем. Большие напряженные пузыри подлежат вскрытию в условиях лечебного учреждения с соблюдением всех правил антисептики.

3. Если после образования больших пузырей произошло самопроизвольное их вскрытие или ожоги проявляются раневыми поверхностями различных размеров и глубины, лечение должно проводиться по общим правилам лечения термических ожоговых ран. Подобные повреждения можно вести либо под мажевой повязкой, либо на открытом воздухе под струпом.

Очень важно помнить о том, что ни в коем случае не стоит делать при оказании первой медицинской помощи при солнечных ожогах кожи:

- Мыть ожоговую поверхность различными мыльными и гелевыми гигиеническими средствами, содержащими в своем составе различные химические соединения. Это может вызвать сильную аллергическую реакцию.

- Наносить на поврежденные участки средства, содержащие в составе спирт, мазать пораженные места маслом, салом, мочой, одеколоном и мазями, не предназначенными для лечения ожогов. Это усилит боль, пересушит поврежденную дерму и увеличит зону поражения. Использование таких средств может привести к ухудшению состояния, а также инфицированию кожи.

- Смазывать кожу жирными кремами. Они будут выполнять роль термического щита, что будет препятствовать охлаждению кожи и увеличит степень повреждения. Такие крема рекомендуются, когда кожа хорошо подсушена и начинает отшелушиваться.

- Самостоятельно вскрывать пузыри. Неправильно проведенная подобная процедура с нарушением правил антисептики может привести к инфицированию ожоговой поверхности и плохому заживлению.

Что делать и чем лечить солнечный ожог?

Если ожог представлен покраснением кожи, то необходимо увлажнять поврежденные участки либо водными растворами, рекомендованными для охлаждения, либо кремами и гелями на водорастворимой основе с антисептическими и ранозаживляющими компонентами (пантенол в виде крема или пены, бепантен, актовегин, агросульфат, левосин, фастин, синтомицин, офлокаин).



Выбор метода строго индивидуальный, и может назначаться их комбинация и чередование в зависимости от стадии и особенностей течения раневого процесса. Все поврежденные поверхности обрабатываются антисептическими растворами, которые не вызывают раздражения и повреждения тканей (фурацилин, хлоргексидин, декасан). Если рана поверхностная и само- стоятельно покрывается тонким струпом, то её ведут открытым методом. В случае глубоких ран с выделениями, их закрывают мажевыми повязками (левомеколь, метилурацил, солкосерил). При развитии отека назначают антигистаминные препараты (эриус, кларитин, лоратадин и т.д.).

Не забывайте летом защищать свою кожу! Используйте солнцезащитные крема.

Муниципальное бюджетное учреждение
социального обслуживания
«Комплексный центр социального обслуживания
населения
Северо-Енисейского района»

СОЛНЕЧНЫЙ ОЖОГ



СИМПТОМЫ

И

ЛЕЧЕНИЕ