

## Тема: Відмороження та його періоди. Класифікація відмороження. Домедична допомога в разі відмороження

**Обмороження, або відмороження** — ушкодження тканин організму з розвитком місцевих та системних змін під дією холоду, вітру, підвищеної вологості та за умови носіння тісного або мокрого взуття; під час перебування в нерухомому положенні; унаслідок незадовільного загального стану постраждалого — поранення, хвороби, виснаження внаслідок інфекційних хвороб, гіповітамінозу, алкогольного сп'яніння, отруєння, крововтрати тощо.

Розрізняють два періоди перебігу відмороження: до відігрівання — дореактивний (або прихований) і після відігрівання — реактивний.

У *дореактивний період* постраждалий відчуває зниження рухливості й відчуття скутості в уражених кінцівках, оніміння, нерізкий біль, поколювання, «повзання мурашок» тощо. А зовні можна спостерігати лише блідість та охолодження шкірних покривів, зниження больової і дотикової чутливості, частоти дихання. У разі заledenіння кінцівок може зникати пульс на периферійних артеріях.

Тканини обмороженої частини тіла потерпають через нестачу крові та утворення в них кристалів льоду. Печіння шкіри в уражених холодом ділянках та потім сильний біль з'являються відразу після початку процесу відігрівання. Процес відмирання уражених тканин може іноді тривати до 5–7 днів і довше, тільки тоді можна остаточно визначити глибину відмороження.

Перша ознака *реактивного періоду* — поява набряку тканин, слідом за яким виникають болі й відповідні до глибини ураження тканин зміни шкірних покривів. Вони, залежно від ступеня холодового ураження, з воскового, сіро-блідого можуть набувати мармурового, синюшного або й чорного кольору. Їх тяжкість залежить від ступеня відмороження.

### Класифікація відмороження

За тяжкістю та глибиною ураження розрізняють чотири ступені відмороження:

- *I ступінь* — шкіра постраждалого блідого кольору, трохи набрякла, чутливість знижена або повністю відсутня;
- *II ступінь* — у ділянці відмороження утворюються пухирі, наповнені прозорою або білою рідиною; характерне зростання температури тіла;
- *III ступінь* — омертвіння шкіри: з'являються пухирі, наповнені рідиною темно-червоного або темно-бурого кольору; навколо омертвілої ділянки розвивається запальний вал (демаркаційна лінія); характерний розвиток інтоксикації — охолодження, потовиділення, значне погіршення самопочуття, апатія;
- *IV ступінь* — поява пухирів, наповнених чорною рідиною. У постраждалого наявні ознаки шоку.

Особливим різновидом відмороження є «траншейна стопа», що розвивається за температури вище 0 °С внаслідок тривалої (не менше 3–4 діб) дії на стопи холоду та вологи в разі вимушеної малорухомості. Таке відмороження виникає в польових умовах навесні або восени. Сприяє виникненню «траншейної стопи» носіння тісного вологого взуття. Холод та волога звужують судини і кров не надходить у тканини стопи, що сприяє відмороженню. Для цього ураження характерні спочатку свербіж, відтак — оніміння і біль. Прямими ознаками «траншейної стопи» є бліда воско-подібна шкіра стоп уражених кінцівок, синюшність (ціаноз) навколо нігтів, біль у суглобах стоп, утрата всіх видів чутливості та функції кінцівки. Постраждалий може ходити лише на п'ятках. Пізніше розвивається набряк, що охоплює ногу до колінного суглоба, утворюються пухирі з кров'яним вмістом, виникає нечутливість стоп, загальний тяжкий стан і сильна гарячка постраждалого. У тяжких випадках розвивається волога гангрена (омертвіння) стоп.

### Порядок надання домедичної допомоги в разі відмороження

Перед наданням допомоги необхідно переконатися у відсутності небезпеки на місці події для себе та постраждалого від травмувального чинника, що вже діяв, і загрози від довкілля.

1. Якщо місце небезпечне, то треба дочекатися прибуття рятувальників. Спочатку треба швидко провести огляд постраждалого для визначення, чи він притомний і чи дихає.
2. Якщо людина притомна, то перед тим як надавати їй допомогу, треба отримати її пряму або непряму згоду. Самостійно (або попросити когось) викликати бригаду екстреної (швидкої) медичної допомоги.
3. Якщо в постраждалого відсутнє дихання, потрібно відновити прохідність дихальних шляхів та негайно розпочати проведення серцево-легеневої реанімації. Без усунення дії холоду надати домедичну допомогу постраждалому з відмороженням неможливо, тому його необхідно

перемістити в тепле приміщення, обережно без зусиль зняти з тіла мокрий одяг та взуття (ліпше його розрізати), щоб не травмувати додатково ушкоджені ділянки тіла. Тепло закутати постраждалого, а якщо він притомний, то для загального зігрівання напоїти безалкогольними гарячими напоями — кавою, чаєм, молоком тощо.

4. Не рекомендують інтенсивно розтирати та масажувати відморожені частини тіла. Це може спричинити травми судин, що підвищить небезпеку їх тромбозу та збільшить глибину ушкодження тканин.
5. Зігрівати постраждалого можна за допомогою тепла рук того, хто надає допомогу, або теплих грілок. У приміщенні кінцівки можна зігріти занурюванням їх у теплу воду (37–38 °С). На ушкоджені ділянки накласти чисті пов'язки та знерухомити переохолоджені пальці, кисті й стопи.
6. За необхідності провести іммобілізацію за допомогою стандартних або імпровізованих шин
7. Якщо постраждалий непритомний, але збережене нормальне дихання, то таку людину слід перевести в стабільне положення та накрити термокривалом/ковдрою. Потрібно забезпечити постійний нагляд за постраждалим до приїзду бригади екстреної (швидкої) медичної допомоги, а в разі погіршення його стану повторно зателефонувати диспетчеру екстреної медичної допомоги.

**Домашнє завдання:** Підручник ЗАХИСТ ВІТЧИЗНИ. Основи медичних знань 11 клас. Гудима, А.А., Пашко К.О., Герасимов І.М., Фука М.М. § 6 ст. 43 .

Виконайте проект «Відмороження та домедична допомога постраждалим». Створіть інтелект-карту за текстом підручника, фотографіями та додатковими джерелами для розповіді про відмороження.