

# ВОПРОСЫ И ПРОБЛЕМЫ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ ВО ВРЕМЯ ХОЛОДНОЙ ПОГОДЫ

Департамент здравоохранения Мэриленда напоминает жителям, что во время холодной зимней погоды следует помнить о многих серьезных вопросах здравоохранения. В результате воздействия холодной погоды, у отдельных лиц может наблюдаться низкая температура тела, что может привести к гипотермии и даже к смерти. Переохлаждение открытых участков кожи и тканей на ушах, носу, ступнях ног и лице может привести к глубокому или поверхностному обморожению и некрозу.

Существует множество факторов, которые влияют на последствия, возникающие у отдельных лиц в результате воздействия холода. Связанные с холодной погодой заболевания и травмы могут наступать и при **умеренных температурах** в результате воздействия ветра и влажности или неспособности надлежащим образом отапливать жилье в холодную погоду. Факторы, влияющие на попадание отдельных лиц в группу риска по заболеваниям, связанным с холодными температурами, включают в себя:

- Крайние возрасты
- Хронические медицинские болезни и заболевания, такие как:
  - Псориаз или обширные ожоги кожи
  - Пониженная функция щитовидной железы
  - Пониженная функция надпочечной железы
- Употребление алкоголя
- Физическое состояние
- Лекарственные препараты, такие как Валиум и фенобарбитал, оказывающие влияние на рассудительность лица
- Перенапряжение и потоотделение во время нахождения на улице

К признакам низкой температуры тела относятся:

- Дрожь
- Учащенное дыхание, повышенное давление и пульс
- Бледно-белый цвет кожи
- Амнезия
- Трудности с мышечной координацией
- Трудности при ходьбе и разговоре
- Нарушенное суждение, заблуждение и агрессивность
- Усталость

Лечение гипотермии включает помещение пострадавшего в укрытие, снятие мокрой одежды, переодевание в теплую и сухую одежду и установление нормальной температуры тела.

В результате увеличенной нагрузки на организм, лица, работающие в холодных температурах, могут страдать инфарктами и инсультами. Обязательно проконсультируйтесь с лечащим врачом или медицинским работником при рассмотрении возможности выполнения таких задач, как расчистка снега, или любого рода упражнений в тяжелых зимних условиях.

Обморожение приводит к образованию участков бледной отмороженной кожи, с волдырями или без волдырей, и отмороженных тканей, которые могут потерять чувствительность. Лицам, получившим обморожения, рекомендуется обратиться за медицинской помощью. Отмороженные ткани нельзя тереть, и необходимо держать в приподнятом состоянии. Стоит избегать повторного отморожения оттаявших тканей.

## УЗНАТЬ БОЛЬШЕ

 [preparedness.health.maryland.gov](http://preparedness.health.maryland.gov)

 [facebook.com/MarylandOPR](https://facebook.com/MarylandOPR)

 [twitter.com/MarylandOPR](https://twitter.com/MarylandOPR)

 [health.maryland.gov](http://health.maryland.gov)

 [facebook.com/MarylandDHMH](https://facebook.com/MarylandDHMH)

 [twitter.com/MDHealthDept](https://twitter.com/MDHealthDept)



MARYLAND DEPARTMENT OF HEALTH  
Office of Preparedness  
and Response