***Памятка школьнику об обморожении.***

***I. Признаки переохлаждения:***

1.Озноб

2.Сонливость

3.Затруднение дыхания

***II. Признаки обморожения:***

1.Побеление кожи

2.Потеря чувствительности

3.Отечность, пузыри

***III. Меры по предупреждению переохлаждения:***

1.Правильный подбор одежды, обуви

2.Сокращение времени пребывания на холоде

3.Активное движение

4. Контроль за открытыми участками тела

***IV. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ***

1.Прекратить воздействие холода

2.Согреть обмороженный участок, восстановить кровообращение массированием, отогреванием до появления чувствительности, покраснения, появления боли

3.Принять теплый чай, молоко

4.Обратиться к врачам

