
Środa z Profilaktyką - jak zapobiec udarowi cieplnemu?

Udar cieplny to reakcja organizmu na przegrzanie, które występuje gdy organizm nie jest w stanie odprowadzić zgromadzonego w nadmiarze ciepła. W momencie, gdy temperatura wewnątrz ciała przekracza 40 stopni Celsjusza, dochodzi do zmian w komórkach i tkankach, chociaż z reguły na pierwszy plan zauważalne są objawy ze strony ośrodkowego układu nerwowego. Rozpoczyna się proces denaturacji białek i uszkodzenia fosfolipidów błon komórkowych. Udar cieplny jest szczególnie groźny u małych dzieci, u których nie rozwinęły się dostatecznie mechanizmy termoregulacji. Również osoby starsze oraz z dolegliwościami układu krążenia lub zażywające preparaty antyhistaminowe, neuroleptyki, są bardziej narażone. Podczas porażenia cieplnego skóra twarzy w łagodniejszych przypadkach jest zaczerwieniona, w cięższych zaś biała. Pojawiają się obfite poty, chory odczuwa nudności i ogólne osłabienie, chód jego staje się chwiejny, niepewny, mowa niekiedy niewyraźna i bełkotliwa, przed oczyma pojawiają się mroczki. Więcej informacji w materiałach dostępnych w najbliższą środę do pobrania na stronie: www.nfz.gov.pl