Симптоми на хипотермија:

-треска,ладна, бледа и студена кожа
-апатија,дезорентација или несоодветно однесување
-летаргија или пореметување на свеста
-забавено и плитко дишење
-забавен и ослабен пулс

СМРЗНАТИНИ

Препознавање:

- можно појава на трнење во почетокот,
- бледило проследено со вкочанетост
- втврднување на кожата
- промена на бојата на кожата на засегнатата површина: во почетокот е бела, подоцна сивкаста и модра. По оправувањето кожата може да биде црвена, жешка, болезникава и да има појава на меури. Ако се појави гангрена тогаш се јавува поцрнување на ткивото поради недостиг на крвоснабдување.

Црвен крст на Република Македонија
Kryqi i kuq i Republikës së Maqedonisë
Macedonian Red Cross

МИНИСТЕРСТВО ЗА ЗДРАВСТВО на Република Македонија

Институт за јавно здравство

ЈЗУ Институт за медицина на трудот на Република Македонија

КАКО ПРОТИВ СТУДЕНОТО ВРЕМЕ?

Препораки за матичните лекари

Состојби кои го зголемуваат ризикот од штетни последици врз здравствените проблеми за време на ладен бран

Заболување	Главнопоглавјеод МПК3
Кардиоваскуларно заболување, хипертензија, коронарно артериско заболување, срцеви нарушувања	I00–I99
Заболувања на респираторниот систем, хронично пониско респираторно заболување (ХПР3, бронхитис)	J00–J99
Дијабетес мелетус, други ендокрини нарушувања	E10–E14
Органски или ментални нарушувања, деменција, Алцхајмерова болест (блага, умерена, сериозна)	F00–F09
Ментални нарушувања и нарушувања во однесувањето поради употреба на психоактивни супстанции, алкохолизам	F10–F19
Шизофренија, халуцинации	F20–F29
Екстрапирамидални нарушувања и нарушувања во движењето (пр. Паркинсова болест)	G20–G26
Мускуло-скелетни нарушувања вклучувајќи ревматски артритис (Пиенимаки, 2002)	
Многу кожни заболувања се влошуваат при ладно време	

Забелешка. Оваа табела се осврнува само на хронични (долгорочни состојби), а не акутни заболувања. Респираторните инфекции се исто така ризик фактори за морталитетот поврзан со ладно време (Морцоко&Фалагас, 2007).

ПОТСЕТЕТЕ СЕ!

1. За механизмите на манифестирање на болестите поврзани со ладното време, дијагноза и третман.
2. Како функционираат системот за терморегулација и крвотокот на ладно време.
3. Како се развиваат смрзнатиците и хипотермијата, и кај кои луѓе се зголемува ризикот од истите.
4. Ризикот и заштитните фактори од болестите поврзани со ладното време.
5. Лекарска терапија и внесување на течности кај 1) болни лица, 2) оние со напредни срцеви болести или 3) луѓе кои се зачестено изложени на ладно на подолги периоди.

ЕДУЦИРАЈТЕ, СОВЕТУВАЈТЕ И ИНФОРМИРАЈТЕ ГИ ПАЦИЕНТИТЕ ЗА:

1. Важноста кон придржување на препораките дадени во едукативните материјали за општата популација.
2. Можните несакани последици од препишаните лекарства и потребата за прилагодување на дозата, доколку е потребно, за време на зимскиот период.
3. За подетални информации да ги контактираат медицинските и социјалните служби, линиите за помош и итните медицински служби.

Носете одлуки на индивидуална основа, бидејќи не постојат – според досегашните сознанија – стандарди или формални совети за прилагодувањето на лекарствата во зимската сезона.