

## Первая помощь

Первая помощь, если у ребенка начались судороги:

- уложить ребенка на ровную мягкую поверхность;
- повернуть голову на бок;
- расстегнуть одежду;
- убрать опасные предметы;
- измерить температуру;
- вызвать скорую помощь – 103.



Чего нельзя делать при судорогах:

- сдерживать судороги силой;
- вставлять предметы в рот;
- давать воду или лекарства;
- обливать холодной водой;
- оставлять ребенка одного.



# Судороги



## Симптомы

**Судороги** – это непроизвольные мышечные сокращения, которые могут возникать при различных заболеваниях.

Симптомы судорог у ребенка:

- напряжение мышц;
- запрокидывание головы;
- вытягивание конечностей;
- остановка дыхания;
- внезапная потеря мышечного тонуса;
- падение;
- кратковременная потеря сознания.



## Профилактика

Профилактика судорог:

- своевременное лечение заболеваний;
- контроль температуры при болезнях;
- регулярный осмотр у невролога;
- соблюдение режима дня;
- полноценное питание;
- избегать перегрева и переохлаждения ребенка;
- ограничить стрессовые ситуации;
- регулярные прогулки на свежем воздухе.

