



## **С наступлением весны многие стараются больше времени проводить на солнце и воздухе.**

Однако, не следует забывать, что весеннее солнце обманчиво и, даже при невысокой температуре, возможен солнечный ожог. Ожог можно получить на любой широте, так как свет помимо прямых лучей, может быть отраженным от воды, снега. Он появляется преимущественно на открытых частях тела (лицо, кисти рук, у женщин - голени). Высыпания могут появляться и на закрытых участках тела.

При легком ожоге начинается зуд и покраснение кожи, припухлость. В домашних условиях можно себе помочь, смазывая кожу простоквашей, сывороткой или делая примочки с настойкой эвкалипта или чая. При повышении температуры можно принять парацетамол.

При тяжелой степени солнечного ожога появляются боли, пузыри, изменяется общее состояние: головные боли, тошнота, слабость, нарушается сон и аппетит. Возможен ожог красной каймы губ.

Аналогичные явления могут быть и при воздействии ультрафиолетовых лучей от искусственных источников света: солярии, лечение кварцевой лампой.

Некоторые лекарственные препараты из группы антибиотиков, мочегонных, гипотензивных средств, а также химические соединения, используемые в качестве отдушек; эфиры некоторых кислот; масла, используемые в косметической и парфюмерной промышленности: бергамотовое, лимонное, сандаловое, кедровое, повышают чувствительность кожи к солнечному свету - фотосенсебилизируют. Прием лекарственных средств без назначения врача и использование косметических средств могут тоже привести к солнечному ожогу.

Веснушки