ОСТОРОЖНО:
ТЕПЛОВОЙ И СОЛНЕЧНЫЙ УДАР!

Специалисты не делают больших различий между этими состояниями.
И это понятно.
В основе как теплового, так и солнечного удара лежит перегревание организма.
Причиной теплового удара является затруднение теплоотдачи с поверхности тела.
Часто это связано с длительным пребыванием в жаркой, влажной атмосфере.
При солнечном ударе возникает нарушение кровообращения в головном мозге.
Обычно это бывает, когда ребёнок ходит на солнце с непокрытой головой.

Чем меньше возраст ребёнка, тем он чувствительнее к действию жары и солнечных лучей.
Поэтому перегрев организма у маленького ребёнка иногда может уже случиться во время приёма световоздушных ванн.