

# 7 опасностей мороза



Первый сигнал замерзания ушей - сильное покраснение. Появляется ломящая боль, а затем побеление кончиков. Обморозил уши - берегись отита и гайморита.

На лице быстрее всего замерзают щеки и кончик носа - там самая тонкая кожа. При переохлаждении могут выступить сосудистые звездочки, начаться затяжной ринит (насморк), гайморит, конъюнктивит.

Быстро реагируют на холод **волосные луковицы**. Сильное переохлаждение головы чревато воспалением тройничного нерва, лицевыми невралгиями, мигренями, может даже дойти до менингита.

**Руки.** При минус 10 даже самые теплые перчатки проигрывают варежкам. Осложнениями при переохлаждении рук могут быть заболевания горла, дерматиты, обострение полиартритов.

Если застудить **верхнюю часть тела**, то могут начаться в первую очередь бронхит и шейный миозит (воспаление мышц), межреберные невралгии. Самые опасные осложнения - пневмония и инфаркт. У тех, кто переболел ветрянкой в детстве, холодная реакция может «разбудить» вирус герпес-зостер, который проявится в виде опоясывающего лишая.

**Ноги** начинают мерзнуть первыми. При переохлаждении ног может начаться воспаление ЛОР-органов, почек, сердца (миокардит).

Крепко застуженная **нижняя часть тела** может дать о себе знать у женщин - воспалением яичников и циститом, мужчинам - воспалением простаты. Со всеми могут случиться воспаления почек (нефриты) или приступ радикулита.