**При переохлаждении организма могут возникнуть симптомы:**

- трудности с дыханием;

- головная боль;

- резкое учащение сердцебиения;

- повышение артериального давления до угрожающих пределов;

- рефлекторное сокращение мышц груди и живота, вызывая сначала выдох, а затем вдох. Непроизвольный дыхательный акт особенно опасен, если в этот мо­мент голова находится под водой;

- холодная дрожь;

- резкое возрастание теплопродукции за счет быстрого непроизвольного со­кращения мышечных волокон, иногда в три-четыре раза. Однако через некоторый период времени и этого тепла оказывается недостаточно, чтобы компенсировать теплопотери, и организм начинает охлаждаться. Когда температура кожи понижа­ется до 30°С, дрожь прекращается, и с этого момента гипотермия начинает разви­ваться с нарастающей скоростью. Дыхание становится все реже, пульс замедляет­ся, артериальное давление падет до критических цифр.

**Основные причины смерти человека в холодной воде:**

- переохлаждение;

-  «холодовой шок», развивающийся иногда впервые 5-15 мин после погружения в воду;

- нарушение функции дыхания;

- быстрая потеря тактильной чувствительности.