



## با توجه به افزایش دمای استان طی روزهای آتی مراقب گرمادگی باشید

رئیس اورژانس پیش بیمارستانی و مدیر حوادث دانشگاه علوم پزشکی تبریز گفت: پوست خشک و گرم، سردرد و سرگیجه، گشادی مردمک، افزایش دمای بدنتنفس سطحی و سریع، کاهش فشارخون از علائم گرمادگی ...

با توجه به افزایش دمای استان طی روزهای آتی مراقب گرمادگی باشید .

رئیس اورژانس پیش بیمارستانی و مدیر حوادث دانشگاه علوم پزشکی تبریز گفت: پوست خشک و گرم، سردرد و سرگیجه، گشادی مردمک، افزایش دمای بدنتنفس سطحی و سریع، کاهش فشارخون از علائم گرمادگی می باشد.

دکتر فرزاد رحمانی در خصوص اقدامات اولیه و حیاتی برای فرد گرمادگیه ابراز داشت کاهش سریع دمای بدن با کمپرس آب سرد و خارج کردن لباسهای فرد و استفاده از بادبزنی یا پنکه را برای فرد انجام دهید و مواظب لرز فرد باشید و چنانچه فرد هوشیار است مایعات مخصوصا آب خنک بدهید و درغیر اینصورت از دادن هر نوع خوراکی و آشامیدنی خودداری کرده و با اورژانس تماس بگیرید.

وی افزود کودکان و سالمندان و افرادی که قوای جسمانی ضعیفی دارند از قرار گرفتن در محیط باز و در معرض خورشید خودداری نمایند.

دکتر فرزاد رحمانی مهمترین اقدامات پیشگیرانه برای جلوگیری از گرمادگی را پوشیدن لباس رنگ روشن و زیاد در معرض خورشید قرار نگرفتن و عدم نوشیدن نوشیدنی های کافئین دار عنوان کرد.

نوشیدن آب به مقدار کافی فراموش نشود و در صورت نیاز با اورژانس ۱۱۵ تماس بگیرید.