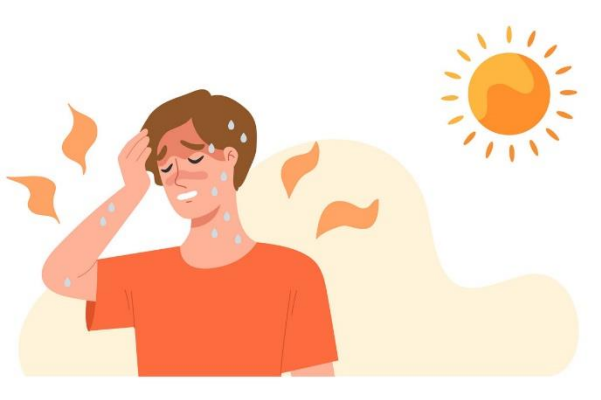
گرمازدگی



گرمازدگی ممکن است در شرایطی که دمای بدن فرد به ۴۰ درجه سانتیگراد یا بالاتر برسد، رخ دهد و این عارضه بیشتر در ماه‌های تابستان شایع است. به غیر از افزایش دمای بدن سایر علایم گرمازدگی شامل گیجی، بی‌قراری، گفتار نامفهوم، تحریک‌پذیری، هذیان، تشنج و کما، تهوع و استفراغ، تنفس سریع و پی‌درپی، ضربان قلب سریع، سردرد و قرمزی پوست هستند.

❖ اولین اقدام ، کاهش هر چه سریع تر دمای بدن فرد است.

کمک های اولیه در گرمازدگی پیاده روی اربعین :

- فرد را به یک مکان خنک و در سایه منتقل کنید
- فرد را دراز کرده و پاها را به آرامی بلند کنید
- لباس های تنگ یا سنگین را در بیاورید
- آب خنک یا نوشیدنی بدون کافئین بدهید
- فرد را با پاشیدن یا خسی کردن با آب سرد و باد زدن خنک کنید
- شخص را با دقت تحت نظر داشته باشید
- در صورت بدتر شدن به نیروهای امدادی خبر دهید

روابط عمومی معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه – مرداد ۱۴۰۳