

뜨거운 날씨에 조심하세요

고온의 날씨는 위험할 수 있습니다.

탈진 및 열사병에 대한 징후와 대처할 수 있는 방법을 숙지해보세요.

탈진

일사병을 방지하기
위한 조치를 즉시
취해야 합니다.



일사병

긴급 상황입니다.
즉시 911에
전화하십시오.



머리	현기증 또는 어지러움	머리가 욱신거리거나 아프고 의식이 없음
땀	지나치게 많이 흘림	흘리지 않음
맥박	약하고, 빠르게 뛸	세고, 빠르게 뛸
배	메스꺼움 또는 구토	메스꺼움 또는 구토
몸	근육 경련, 허약함	온도 103 °F (39 °C) 이상
피부	창백하고, 차갑고, 끈적끈적함	붉고 뜨겁고 건조함

대처 방법



에어컨이 설치된
시원한 장소로
이동합니다.

의식이 있는 경우 물을
마십시오.

의식이 없거나 상태가
악화되면 911로
전화하십시오.

911에
전화하거나 즉시
병원에 가십시오.



신속하게 열을
식힙니다. 차가운
물에 몸을
담그거나 찬물을
끼얹으십시오.

