

## سرعت دقت آرامش

www.37010.ir سفارش آگهی ۲۴ ساعته در



### چرا در فصل گرما دچار افزایش دمای بدن می شویم و باید چه کنیم؟

در موقعیت‌های بسیار گرم، بخصوص در هوای مرطوب و بدون باد یا شرجی، ممکن است دمای بدن افزایش یابد. در چنین وضعیتی درجه حرارت بدن به بالای ۴۰ درجه سانتیگراد رسیده و تنظیم حرارت مختل می‌شود. در این شرایط، هیپوتالاموس دچار بدکاری می‌شود و چون بیمار عرق نمی‌کند، پوست گرم و خشک است.



مصدوم را به یک محیط خنک منتقل کنید

لباس‌های مصدوم را تا حد امکان درآورید

#### کمک‌های اولیه



اگر مصدوم قادر بود به او مایعات خنک به ویژه آب بنوشانید



با ۱۱۵ تماس بگیرید



از آسپرین استفاده نکنید

#### علائم



اغما

گیجی

تشنج

وقتی حرارت به ۳۹ درجه سانتیگراد رسید، عملیات خنک‌کننده را متوقف کنید.

#### نکته



#### بعد از خنک شدن مصدوم

جلوی لرز بیمار را بگیرید، چون موجب افزایش درجه حرارت بدن می‌شود

در صورت بروز لرز، بلافاصله عامل خنک‌کننده را حذف کنید

علایم حیاتی مصدوم را مرتب چک و ثبت کنید



مصدوم را به سرعت به مراکز درمانی منتقل کنید.

اگر دمای بدن فرد دوباره افزایش داشت، فرایند خنک‌کردن را تکرار کنید

#### بهترین راه‌ها برای خنک کردن



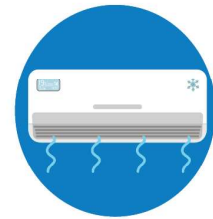
پاشیدن آب سرد با اسپری و بعد باد زدن او

شستشوی بدن با الکل

استفاده از بسته‌های یخ روی گشاله‌ران و زیر بغل



استفاده از ملحفه سرد و مرطوب



استفاده از پنکه یا کولر

غوطه‌ور کردن بیمار در آب سرد