



1

Да се почитуваат препораките за однесување при топло време дадени во едукативните материјали за општата популација. Установите (објектите) да се одржуваат студени, а лицата во истите да бидат заштитени од топлина, да останат во ладно и да внесуваат доволна количина на течности;

2

Следете ја внатрешната температура на Вашиот објект. Обезбедете барем една студена соба (на пр. соба со клима уред и температура пониска од 25 степени целзиусови). Овозможете пациентите (станарите) да поминуваат во студените делови (области, простории) по неколку часа дневно;

3

Прашајте го општиот лекар да направи ревизија на клиничкото водење особено на оние лица кои се ризични, како на пример оние со хронични заболувања;

4

Следете го внесувањето на течности, нудете (служете) безалкохолни и незасладени пијалоци;

5

Следете ја телесната температура, пулсот, крвниот притисок и хидратацијата;

6

Внимателно внимавајте на рани знаци на топлотни болести и започнете соодветен третман;

7

Информирајте го и обучете го персоналот. По потреба зголемете го нивниот број;

S.O.S. БЕСПЛАТЕН БРОЈ ЗА ИНФОРМАЦИИ ЗА ЗАШТИТА ОД ТОПЛОТНИ БРАНОВИ:
02 32 21 902 (10-18ч)

Изработката на информативниот материјал е поддржана од Светска здравствена организација, Канцеларија Скопје.



КАКО ПРОТИВ ТОПЛОТНИОТ БРАН?

Препораки за раководителите на пензионерски домови, центрите за долготрајна институционална грижа и здравствените установи



МИНИСТЕРСТВО ЗА ЗДРАВСТВО



Институт за јавно здравје на РМ



Црвен крст на Република Македонија
Kryqi i kuq i Republikës së Maqedonisë
Macedonian Red Cross

КРАТКОРОЧНИ МЕРКИ ЗА НАМАЛУВАЊЕ НА СОБНИ ТЕМПЕРАТУРИ ЗА ВРЕМЕ НА ТОПОЛ ПЕРИОД

МЕРКИ

Поставување на термометри кои ја мерат внатрешната (собна) температура

Обезбедете сенки

Вентилатори

Вентилатори кои распрскуваат вода

Клима уреди

КОМЕНТАР

Корисно е редовно да се следи температурата во просториите и да се превземаат соодветни мерки за нејзино регулирање.

Поставување на ролетни на прозорците од надворешната страна го намалуваат влијанието на сончевата топлина. Дополнително поставување на соодветни платна за заштита од внатрешната страна го подобрува ефектот;

Вентилаторите можат да обезбедат олеснување, но кога температурата е поголема од 35°C, вентилаторите не се ефикасни

Ефектот на ладење на вентилаторите кои распрскуваат вода е поголем и на повисоки температури за разлика од обичните вентилатори.

Клима уредите обезбедуваат поладни простории. Користете клима уред кој е енергетски ефикасен. Соодветно чистење и одржување е од големо значење за правилно функционирање на клима уредот и избегнување на штетните влијанија врз здравјето. Земете ги во предвид можните прекини на струја во летниот период!