



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 пијалаци;

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;



КАКО ПРОТИВ ТОПЛОТНИОТ БРАН?

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

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.



МИНИСТЕРСТВО ЗА ЗДРАВСТВО



Институт за јавно здравје на РМ



Со поддршка од:



Federal Ministry for the
Environment, Nature Conservation
and Nuclear Safety

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

МЕРКИ

Поставување на термометри кои ја мерат внатрешната (собна) температура

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

Обезбедете сенки

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;

Вентилатори

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

Вентилатори кои распрскуваат вода

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

Клима уреди

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!