

1. Да се почитуваат препораките за однесување при топло време дадени во едукативните материјали за општата популација. Установите (објектите) да се одржуваат ладни, а лицата во истите да бидат заштитени од топлина, да останат во ладно и да внесуваат доволна количина течности.
2. Следете ја внатрешната температура на Вашиот објект. Обезбедете ладни соби на 25°C.
3. Консултирајте се со докторот за потребата од евентуална ревизија на клиничкото водење, особено на оние лица кои се ризични, како, на пример, оние со хронични заболувања.
4. Следете го внесувањето течности, нудете (служете) безалкохолни и незасладени пијалаци.
5. Следете ја телесната температура, пулсот, крвниот притисок и хидратацијата.
6. Внимавајте на рани знаци на тоplotни 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 установите за згрижување стари лица и на центрите за долготрајна институционална грижа



Република Северна Македонија
Министерство за здравство



ИНСТИТУТ ЗА МАТЕРИНА И ДЕТЕШКО
НА РЕПУБЛИКА СЕВЕРНА МАКЕДОНИЈА - СКОПЈЕ



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

МЕРКИ

Поставување 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 преземаат соодветни мерки за нејзино регулирање.

Поставување ролетни на прозорците од надворешната страна го намалуваат влијанието на сончевата топлина. Дополнително поставување 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. Соодветното чистење и одржување е од големо значење за правилно функционирање на клима-уредот и избегнување на штетните влијанија врз здравјето. Земете ги предвид можните прекини на струја во летниот период!