meneghinieassociati.it

COSA FARE
IN CASO DI COLPO DI CALORE

CHIAMARE SUBITO IL 118

In attesa dell'arrivo dei soccorsi:

- Togliere i vestiti alla persona che si sente male
- Portarla in luogo fresco e ventilato
- Stenderla con le gambe sollevate
- Fare spugnature di acqua
- Posare una pezzuola bagnata o una borsa del ghiaccio sulla fronte

PER SAPERNE DI PIÙ
NUMERO VERDE: 800.462.340

Oppure puoi chiedere:

Al tuo medico di famiglia
Al tuo pediatra
Ai farmacisti
Ai distretti sanitari
Al servizio sociale del comune
Alle case di riposo

In adempimento a:
Regione Veneto:
DGR n. 386 del 2 aprile 2019

EMERGENZA CALDO
COME AFFRONTARLA

Chi rischia di più:

Anziani e bambini
Persone non autosufficienti
Persone con malattie croniche
(diabetici, ipertesi, bronchitici cronici, cardiopatici, affetti da malattie renali)
Persone che assumono farmaci in modo continuativo

REGIONE DEL VENETO
ULSS9 SCALIGERA

Bere molti liquidi, non bere alcolici e limitare il caffé

Ventilare gli ambienti il mattino presto e la sera

Stare in casa nelle ore calde, se si deve uscire evitare le ore di punta dalle 12.00 alle 17.00

Non sostare al sole e non fare attività fisica

Non cambiare i farmaci che si assumono senza consultare il proprio medico

COSA FARE IN CASO DI ONDATE DI CALORE

Seguire una dieta bilanciata con molta frutta e verdura

Bagnarsi spesso

Indossare abiti leggeri e chiari e portare cappello ed occhiali