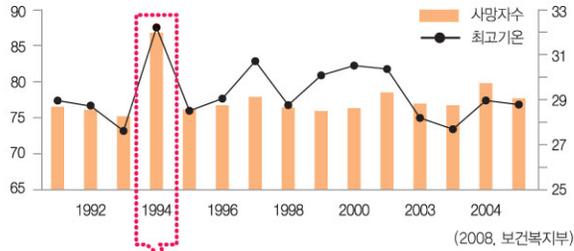


폭염 피해 현황

7~8월 일평균 최고기온과 사망자수



1994년 폭염기간과 전후 년도의 비교 (서울)

	1993년 7~8월	1994년 7~8월*	1995년 7~8월
평균기온(°C)	24.3	28.1	25.3
최고기온(°C)	27.5	32.2	28.5
일평균 사망자수(명)	76.7	92.6	79.9
총 사망자수(명)	4,754	5,742	4,953

(2003, 장재연 등)

* 일 평균 최고기온과 사망자 수는 상관관계가 있으며, 특히 1994년은 국내에서 유례없는 폭염을 기록해 889명이 폭염으로 초과 사망한 기록이 있습니다.

특히 이런 분 주의하세요!

고령자, 독거노인

어린이

비만자

야외 근로자

만성 질환자
(고혈압, 심장병, 당뇨 등)

병원의 처치를 받고 있는 자
(투석, 혈압조절 등)

※ 고위험군은 항상 폭염대응에 관심을 가져주세요!

작은 실천으로 건강을 지킬 수 있습니다!

폭염예비상 9대 건강수칙

- 1 식사는 가볍게 하고, 충분한 양의 물을 섭취합니다.
- 2 땀을 많이 흘렸을 때는 염분과 미네랄을 보충합니다.
- 3 헐렁하고 가벼운 옷을 입습니다.
- 4 무더운 날씨에는 야외활동을 삼가며 햇볕을 차단합니다.
- 5 가급적 실내에서 활동하며 냉방기기를 적절히 사용하여 실내온도를 적정수준(26~28°C)으로 유지합니다.
- 6 갑자기 날씨가 더워질 경우 자신의 건강상태를 살피며 활동의 강도를 조절합니다.
- 7 주변 사람의 건강을 살핍니다.
- 8 주·정차된 차에 어린이나 동물을 혼자 두지 않습니다.
- 9 응급환자가 발생하면 119나 1339에 전화 후 다음의 응급처치를 취합니다.

폭염예비상 건강실천가이드

이상연락처

- (국번없이) **1339** 응급의료정보센터
 (국번없이) **119** 중앙 119 구조대
 (국번없이) **1661-2129** 독거노인 종합지원센터
 (지역번호) **131** 기상청 날씨예보



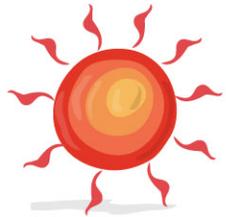
보건복지부



질병관리본부

폭염에 대하여

폭염은 갑작스럽게 찾아오는 심한 더위를 말합니다. 기후변화로 인한 폭염은 발생빈도 및 강도가 증가하고 있으며 전 세계 생태계, 산업, 경제계 및 건강에 큰 영향을 미치고 있습니다.



매우 심한 불볕더위,
폭염 暴炎



이런 날 주의하세요!



갑작스런 더위



높은 기온



약한 바람



높은 습도

폭염관련 증상 및 대처

이럴 때 주의하세요!

폭염은 탈수 및 신체조절 이상으로 아래와 같은 폭염관련 질환을 일으키거나 기저질환을 악화시킬 수 있습니다.

열사병과 일사병

증상

열사병

- 뜨겁고 건조한 피부(땀이 나지 않음)
- 빠르고 강한 맥박, 두통, 어지러움 등

증상

일사병

- 피부가 차고 젖어있음
- 이상 의식변화

대처방법

즉시 119나 1339에 구급요청하고 환자의 체온을 낮춰줌(서늘한 곳 이동)

열실신, 열경련, 열부종

증상

폭염 노출로 인하여 일시적 탈수, 근육 경련, 전신부종, 실신 등의 증상이 나타날 수 있음

대처방법

시원한 곳으로 이동, 휴식을 취함
※ 열부종은 주로 하지부종으로 나타나며 휴식 시 다리를 올려줌

응급상황 행동요령

증상유무



현기증, 실신, 근육통, 근육경직



두통, 불쾌한 기분, 구역질, 구토, 권태감, 허탈감



높은 체온

