

TISZTELT BETEGEINK!

A RENDKÍVÜLI IDŐJÁRÁSRA TEKINTETTEL KÉREM, FIGYELMESEN OLVASSÁK ÁT AZ ALÁBBI FONTOS TUDNIVALÓKAT, TEENDŐKET!

- CSAK HA ELENEDHETETLENÜL SZÜKSÉGES ÉS CSAK A KORA REGGELI VAGY ESTI ÓRÁKBAN VÉGEZZENEK KINTI MUNKÁT.
- A LEGMELEGEBB IDŐSZAKOT ZÁRT-FEDETT-HÚTOTT TÉRBEN TÖLTSEK (FŐLEG AZ IDŐSEK, GYERMEKEK ÉS BETEGEK).
- SZABADBAN VALÓ TARTÓZKODÁSKOR NAPVÉDELEM SZÜKSÉGES (NAPTEJ, FEJFEDŐ STB.)
- SOHA NE UGORJANAK FELHEVÜLT TESTTEL A VÍZBE.
- KÉREM VEGYÉK FIGYELEMBE, HOGY NYÍLT VIZEINK IS JELENTŐSEN FELMELEGEDTEK. A FERTŐZÉSVESZÉLY MEGNŐTT.
- CSAK A HŰVÖSEBB ÓRÁKBAN, AZ ÉJSZAKA FOLYAMÁN SZELLŐZTESSENEK, NAPPALRA ÁRNYÉKOLJANAK ÉS A NYÍLÁSZÁRÓKAT CSUKJÁK BE.
- HA KLÍMÁT HASZNÁLNAK SEMMI ESETRE SE HŰTSÉK TÚL AZ INGATLANT, A KINTINÉL LEGFELJEBB 8-10 FOKKAL LEGYEN ALACSONYABBRA ÁLLÍTVÁ A HŐMÉRSÉKLET.
- NE TARTÓZKODJANAK KÖZVETLENÜL A KLÍMA ILLETVE A VENTILÁTOR ELŐTT.
- FOKOZOTTAN FIGYELJEN AZ IDŐSEKRE ÉS A GYERMEKEKRE. AZ IDŐSEK SOKSZOR NEM ÉREZNEK SZOMJÚSÁGOT, ÍGY FIGYELMEZTETNI KELL ŐKET A MEGFELELŐ MENNYISÉGŰ FOLYADÉKFOGYASZTÁSRA. A GYERMEKEKET IS SŰRŰN ITASSÁK.
- A FOLYADÉK IDEÁLIS ESETBEN SZOBAHŐMÉRSÉKLETŰ VAGY CSAK ENYHÉN HÚTOTT LEGYEN.
- MÉG EGYETLEN PILLANTRA SE HAGYJANAK GYERMEKET ÉS HÁZIÁLLATOT GÉPJÁRMŰBEN. PERCEK ALATT RENDKÍVÜLI MÉRTÉKBEN FELFORRÓSODHAT A BELSŐ TÉR ÉS VÉGZETES KÁROSODÁST OKOZHAT A HŐÁRTALOM.
- VISELJENEK KÖNNYŰ, SZELLŐS, LEHETŐLEG TERMÉSZETES ANYAGÚ (PAMUT, LEN) RUHÁKAT, FEHÉRNEMŰKET.
- AZ UTÓBBI IDŐBEN JELENTŐSEN MEGSZAPORODOTT A DARÁZSCSÍPÉSEK SZÁMA IS. FOKOZOTT FIGYELEMMEL LEGYENEK, A GYERMEKEKET KÜLÖN ÓVJÁK!
- KRÓNIKUS BETEGEK FOKOZOTTAN FIGYELJENEK A PONTOS GYÓGYSZERSZEDÉSRE ÉS ÖNMAGUK ELLENŐRZÉSÉRE (VÉRNYOMÁS-VÉRCUKOR KONTROLL).
- HOZZÁTARTOZÓK FOKOZOTTAN FIGYELJENEK IDŐS, BETEG CSALÁDTAGJAIKRA!
- ROSSZULLÉT ESETÉN AZONNAL KÉRJENEK SEGÍTSÉGET!

dr. Kovács Katalin