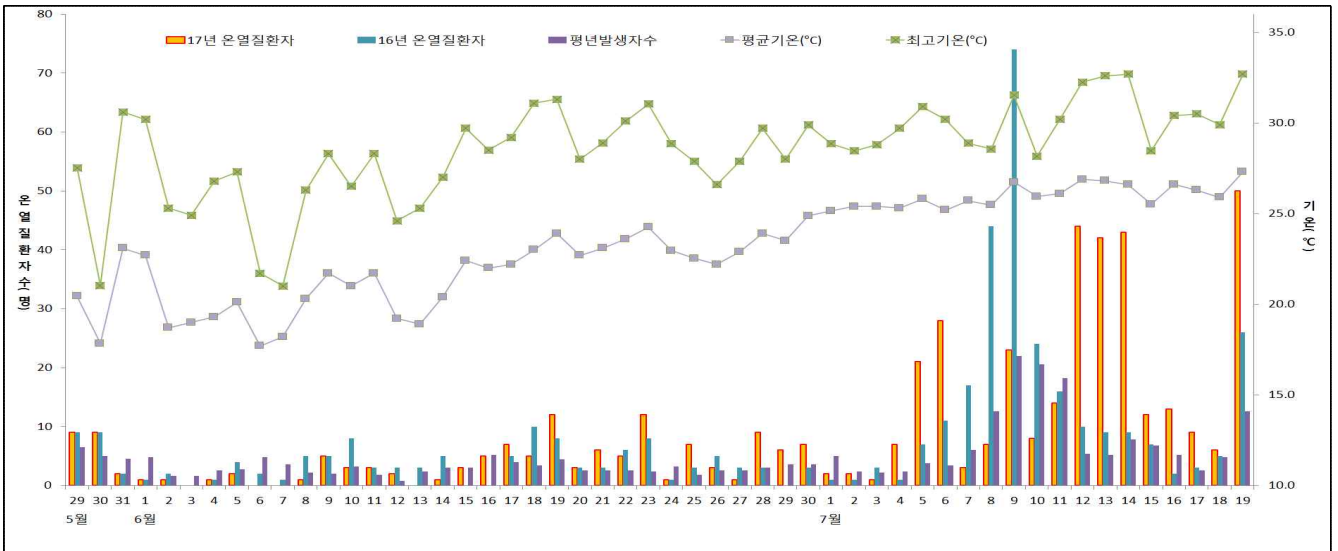


1

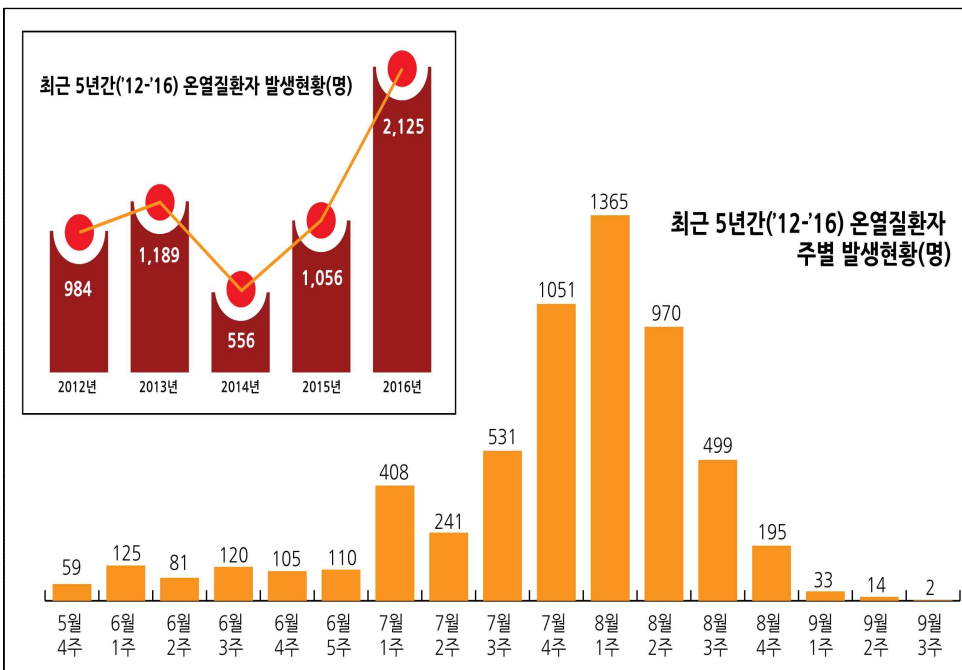
온열질환 발생현황

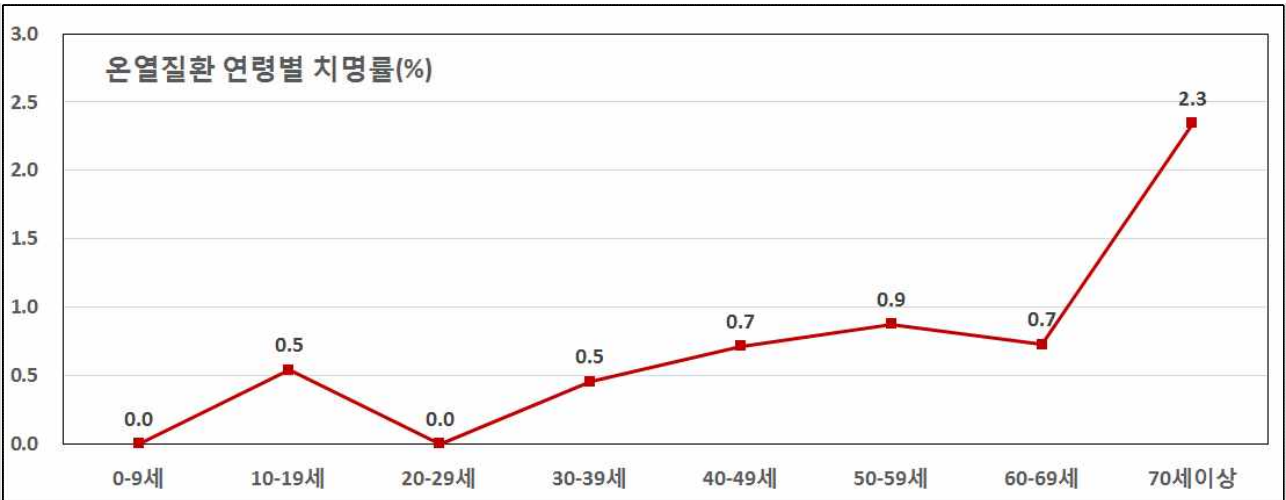
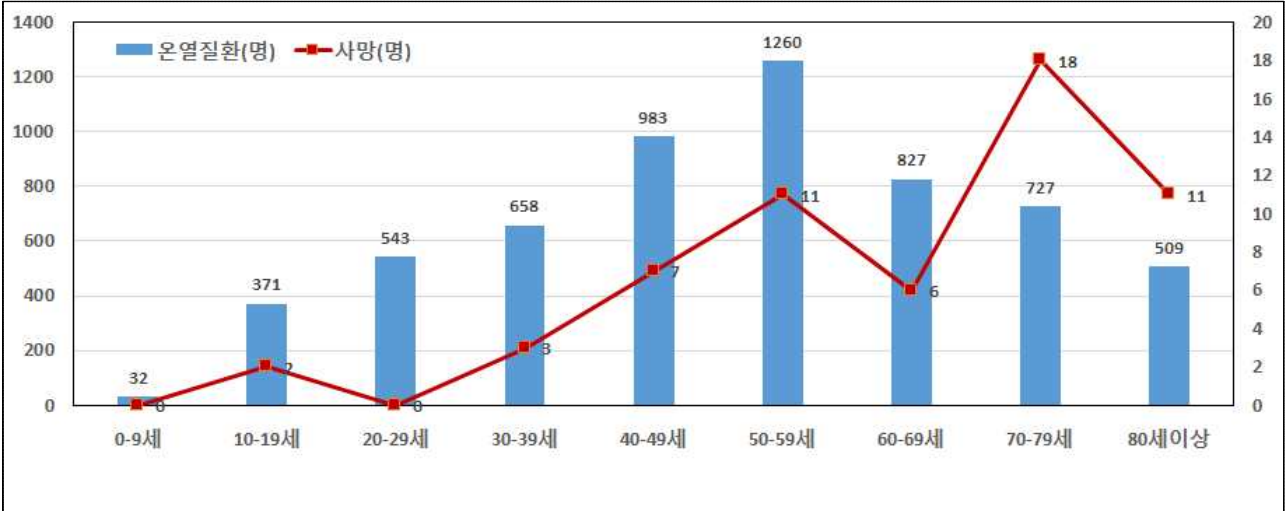
□ 올해 온열질환감시체계 신고현황 (7월19일 현재)

- 일계 (7월 19일) = 50명 (사망 1명)
- 누계(2017.05.29.~2017.07.19) = 466명 (사망 3명) ※증상발생일 기준 통계임



□ 최근 5년간(2012~2016년) 온열질환 발생현황





2

폭염대비 행동요령

작은 실천으로 폭염으로 인한 건강피해를 예방 할 수 있습니다!

폭염대비 건강수칙

여름철에는 폭염특보 등 기상정보를 매일 청취합니다.

1. 물을 자주 마십니다.

- 갈증을 느끼지 않아도 규칙적으로 자주 물, 스포츠음료나 과일주스를 마십니다.
- 신장질환을 가지고 계신 분은 의사와 상담 후 물을 드십시오.

2. 시원하게 지냅니다.

- 외출 시 햇볕을 차단합니다(양산, 모자).
- 헐렁하고 밝은 색깔의 가벼운 옷을 입습니다.
- 시원한 물로 목욕 또는 샤워를 합니다.

3. 더운 시간대에는 휴식합니다.

- 낮 12시부터 오후 5시까지의 가장 더운 시간대에는 휴식을 취합니다.

이것만은 주의하세요!

- 술이나 카페인이 들어있는 음료(커피)는 마시지 마십시오.
- 낮 12시부터 오후 5시 사이에는 야외활동 및 작업은 피하십시오.
- 어둡고 달라붙는 옷은 입지 마십시오.
- 뜨겁고 소화하기 힘든 음식은 먹지 마십시오.
- 가스렌지나 오븐의 사용은 집안의 온도를 높일 수 있으므로 자제 하십시오.
- 창문과 문이 닫힌 상태에서 선풍기를 사용하지 마십시오.



건강한 여름나기



물은 자주 마시고!



항상 시원하게!



휴식은 충분하게!



매일 기상정보 확인하기!



내가 사는 곳 기상정보를 알아보려면?

(국번 없이) 131을 누르면 한국기상산업진흥원 131 기상콜센터로 연결됩니다.



기타 다양한 기상정보는 여기서 알아보세요.

1. 스마트폰 어플리케이션 - '기상청 날씨'
2. 인터넷 웹사이트(QR 코드 추가)
 - 기상청 www.kma.go.kr
 - 날씨ON www.weather.kr



QR 코드