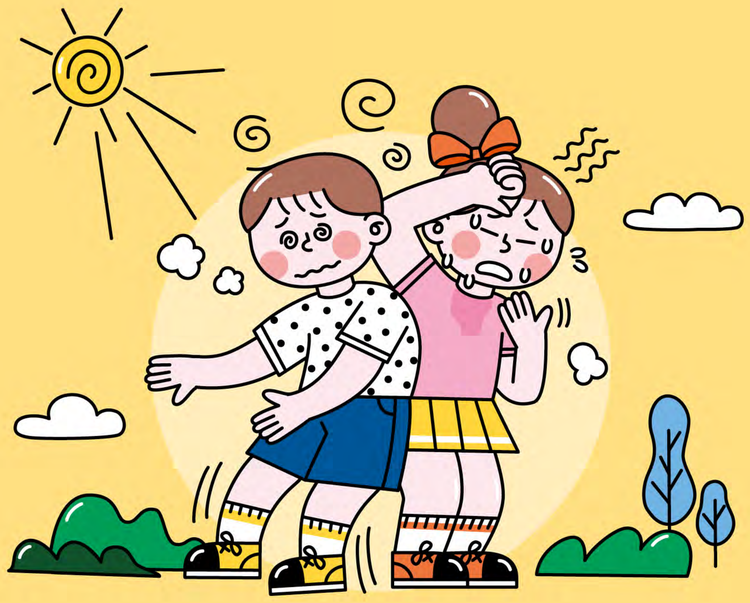
온열질환이란?

온열질환은 **더위 때문에 몸이 아픈 것**입니다.
어지럽거나 힘이 없고, 심하면 쓰러질 수 있습니다.
간단한 약속을 지키고 몸의 이상을 빨리 알아차리면
건강한 여름을 보낼 수 있습니다.



손이나 눈으로 알려주세요

온열질환 증상 표현해요

온열질환 증상

더운 날씨에는 몸이 이렇게 아파요

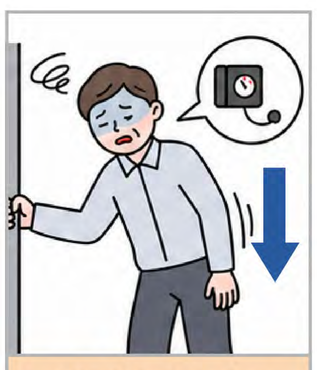

머리가 아파요

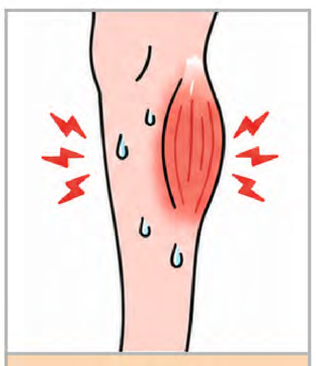

땀이 나요


어지러워요


몸이 아파요(근육통)


몸이 춥고 떨려요


혈압이 낮아요

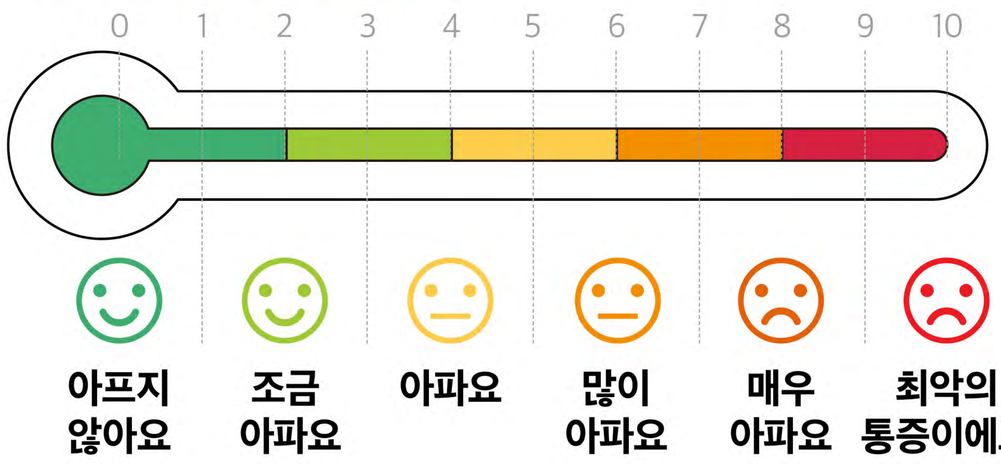

쥐가 나요


토해요


몸이 피로해요

증상 정도

얼마나 아파요?



손이나 눈으로 알려주세요

온열질환을 예방해요

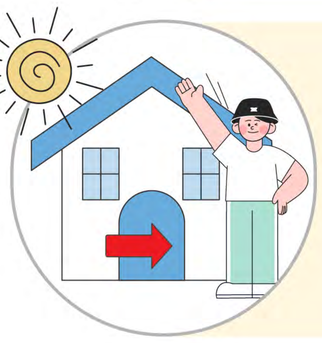
더운 날씨에는 이렇게 행동해요

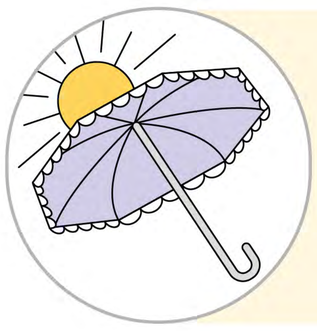



에어컨을 켜요

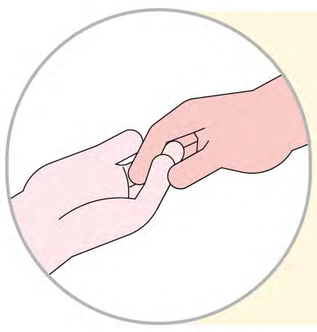

물을 마셔요


쉬어요


바깥활동 조심하세요


양산을 사용해요

* 양산은 햇빛을 막아주는 우산입니다


아프면 도움을 요청해요

질병관리청