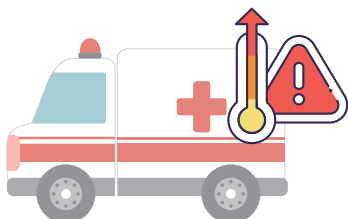


온열질환 의심 시 조치



* 의식이 없을 경우에는 수분섭취 절대 금지



장애인 온열질환 예방 건강수칙

온열질환으로 인한 주요 증상

두통, 어지러움, 근육 경련, 피로감,
호흡곤란, 축축하고 땀이 나거나
건조하고 뜨거운 피부



질병관리청
KDCA

2025.7.24.

온열질환 이겨내기

시원하게 지내기



물 자주 마시기



폭염 시 야외활동 자제하기



보호자 없이 밀폐 공간에 혼자 있지 않기



휠체어 또는 이동보조기기 야외 사용 시 화상 조심하기



비상 연락처 지니고 있기



온열질환이란?

열로 인해 발생하는 급성질환으로 심할 경우, 의식저하 등 생명이 위태로워질 수 있는 질병입니다.

온열질환 종류

열사병, 열탈진, 열경련, 열실신, 열부종 등

장애인 온열질환 건강수칙



1. 시원하게 생활하기

- ✔ 통풍이 잘 되는 헐렁한 옷 입기
- ✔ 시원한 환경에서 지내기
 - * 냉방시설이 없는 경우, 복지시설 등 시원한 장소 방문하기

2. 물 자주 마시기

- ✔ 갈증을 느끼지 않아도 규칙적으로 물 자주 마시기
 - * 특정 질환이 있는 경우, 의사와 상담 후 섭취량 조절

3. 더운 시간대 활동 주의하기

- ✔ 폭염 시 외출 및 무리한 야외활동 자제하기
 - * 외출 시 양산이나 모자 등 착용하기
- ✔ 휠체어 또는 이동보조기기 야외 사용 시 화상 주의하기
 - * 열을 차단할 수 있는 햇빛 차단 커버, 냉감 방석 등 활용하기

4. 일상생활 속 보호하기

- ✔ 보호자 없이 밀폐 공간에 혼자 있지 않기
- ✔ 비상 연락처 지니고 있기