



Bu Proje Avrupa Birliği tarafından finanse edilmektedir



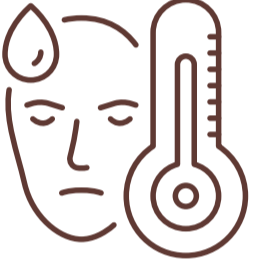
Sıcak Dalgaları ve Halk Sağlığı



Sıcak dalgalarının, yirmi birinci yüzyılın sonunda iklimle ilgili afet ölümlerinin %99'unu oluşturacağı tahmin edilmektedir.

Copernicus İklim Değişikliği Servisi'nin verilerine göre 2021 yazı ortalama sıcaklığı, 1991-2020 ortalamasının 1°C üzerinde gerçekleşti.

DSÖ'nün tahminlerine göre 1998-2017 arasında sıcak hava dalgaları nedeniyle hayatını kaybedenlerin sayısı **166.000+**



Sıcak dalgalarının sağlığa etkileri; sıcak çarpması, ısı krampları, ısı yorgunluğu, ısı senkopu, rabdomiyoliz, ısıya bağlı döküntüler kalp-dolaşım sistemi, böbrek, sinir sistemi ve solunum sistemi hastalıkları, uyku bozuklukları ve ölümler.

Sıcak Dalgalarının Etkilediği Kırılgan Gruplar

Kronik hastalığa sahip olanlar / küçük çocuklar ve 65 yaş+ insanlar / engelli kişiler, yoksulluk veya sosyal izolasyon içinde yaşayanlar / dışarıda uzun çalışanlar ve evsizler.



Karar Vericiler için Öneriler

DSÖ tarafından geliştirilen "Sıcak-Sağlık Eylem Planı" politika düzeyinde kapsayıcı çözüm için özet haline getirilmiş önerileri paylaşmıştır.

- Doğru ve zamanında uyarı sistemleri,
- Hassas gruplar için özel bakım,
- Sağlık ve sosyal bakım sisteminin hazırlığı,
- Uzun vadeli şehir planlaması,
- Gerçek zamanlı gözetim ve değerlendirme.



Sağlık Profesyonelleri için Öneriler

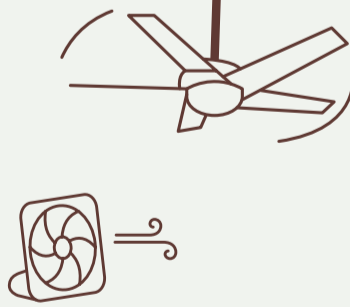
- Aile hekimliği ve acil servislere çalışan personelin bilgilendirilmesi ve sağlık sisteminin hazırlıklı olması,
- Kamu kurumlarının işbirliği içinde çalışarak, toplumu sıcak dalgalarının sağlık etkileri kapsamında genel mesajlaşma ve iletişim stratejileri ile bilgilendirmesi önerilmektedir.

ALABİLECEĞİNİZ BİREYSEL ÖNLEMLER



Sıcaktan Uzak Durun

- Günün en sıcak saatlerinde yorucu aktivitelerden kaçınınız.
- Gölgede kalın, park halindeki araçlarda çocukları veya hayvanları bırakmayın.



Evinizi Serin Tutun

- Gün içinde evin içindeki ısı yükünü panjur veya kepenk kullanarak ve mümkün olan sayıda elektrikli cihazı kapatarak azaltın.



Vücudunuzu Serin Tutun ve Bol Sıvı Tüketin

- Hafif ve bol giysiler kullanın.
- Soğuk duş veya banyo yapın.
- Düzenli su için.



Bu infografikğin üretilmesine verdikleri finansal destekten ötürü HEAL Avrupa Birliği'ne teşekkür eder. Bu içerik tamamıyla yazarların sorumluluğu altında olup Avrupa Birliği'nin görüşlerini yansıtmak zorunda değildir. HEAL AB Şeffaflık Kayıt Numarası: 00723343929-96.

Bu infografik Çevre, İklim ve Sağlık için İşbirliği Projesinin (ÇİSİP) bir parçasıdır. Proje, HEAL-Sağlık ve Çevre Birliği, HASÜDER (Halk Sağlığı Uzmanları Derneği) ve Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Departmanı tarafından Nisan 2020 - Mart 2023 arasında yürütülmektedir.

Daha fazla bilgi için: https://www.env-health.org/wp-content/uploads/2021/07/210712_Heatwaves-TR_Final.pdf

