



사실 자료 폭염 시 취약한 환자의 관리

환자에게 온열 관련 질환을 예방할 수 있는 방법에 대해 알려주면 이러한 질환을 피하는 데 큰 도움이 될 수 있습니다. 특히 고위험 환자는 몇 가지 간단한 권장 사항으로 큰 효과를 볼 수 있습니다. 환자에게 다음과 같은 예방 조치를 권장하십시오.

- 더위를 피하십시오.
- 수분을 충분히 섭취하십시오.
- 최신 정보를 확인하십시오.

다음과 같은 몇 가지 간단한 조치는 고위험 환자에게 도움이 될 수 있습니다.

- 환자가 자신의 집이 너무 더울 때 갈 수 있는 에어컨이 구비된 시원한 공공 장소를 찾을 수 있도록 돕습니다.
- 온도가 90°F 이상이 되면 냉방 장치로 선풍기에만 의존하지 않도록 환자에게 말합니다.
- 환자가 목이 마르기 전에 물을 마셔야 한다는 것을 아는지 확인합니다. 복용 중인 약이나 질환이 수분 유지에 미치는 영향에 대해 추가적인 지침을 제공합니다.
- 의약품의 적절한 보관 방법과 관련하여 특히, 온도 변화에 민감한 약에 대한 정보를 제공합니다.
- 일사병, 열사병 또는 폭염으로 유발될 수 있는 만성 질환의 합병증의 경고 징후에 대해 설명합니다. 이러한 내용은 환자가 곤경에 처한 상황을 인식하고 필요한 도움을 받는 데 도움이 됩니다.
- 환자가 다른 사람에게 자신을 살펴봐 달라고 부탁하도록 말합니다. 환자가 자신의 건강에 필요한 사항에 대해 이야기하도록 권장합니다.

잘못된 환경에서는 누구나 온열 관련 질환에 걸릴 수 있지만, 특정 사람들은 그 위험이 더 높습니다. 폭염 상황에서 병에 더 잘 걸리는 사람으로는 어린 아이, 65세 이상 고령자, 운동선수 그리고 만성 질환이 있거나 과체중이나, 야외에서 일하거나, 소득이 적은 사람 등이 있습니다.

폭염으로 인해 위험이 커지는 질환

만성 질환	심장 질환, 고혈압, 당뇨병, 암 또는 신장 질환, 알코올 및 기타 약물 사용, 정신 질환
발한 장애 질환	심장 질환, 탈수증, 양극 연령층, 피부병(일광 화상, 땀띠 및 과도한 흉터와 화상 포함), 선천성 발한 장애, 낭포성 섬유증, 파킨슨병, 사지 마비, 피부경화증, 항콜린제 효과가 있는 의약품 복용자, 급성 질환.

일상생활 활동 장애	거동이 불편함, 선천성 장애
사회적 요인	독신 생활 또는 사회적 고립, 낮은 사회경제적 지위, 노숙자
직업/레크리에이션	더위 속에서 격렬한 운동 또는 더운 레크리에이션 환경에서 작업

출처: 호주 빅토리아 주 정부, 2010

의약품과 폭염

일부 의약품은 온열 관련 질환의 위험을 높일 수 있거나 고온에 노출될 경우 효과가 줄어들거나 독성이 강해질 수 있습니다. 더운 날씨에는 취약한 환자의 관리 계획에 의료 서비스 제공자 또는 약사와 약품의 사용 및 보관에 대한 상담이 포함되어야 합니다.

온열 관련 질환의 위험을 높이는 의약품의 기제	
혈관확장 감소	베타 차단제
발한 감소	삼환계 양우울제 및 벤즈트로핀과 같은 항콜린제, 베타 차단제, 항히스타민제, 페노디아진
발열 증가	리스페리돈, 올란자핀과 같은 항정신병 약물. 암페타민, 코카인과 같은 각성제
갈증 감소	할로페리돌 및 드로페리돌과 같은 부티로페논. 안지오텐신전환효소(ACE) 억제제
탈수증	이노제, 알코올
취약한 환자의 저혈압 악화에 의한 온열 질환 악화	질산염, 칼슘통로차단제, 기타 항고혈압제와 같은 혈관확장제
탈수증의 좁은 치료 지수로 인한 약물에 대한 독성 증가	디곡신, 리튬, 와파린

출처: 호주 빅토리아 주 정부, 2010

폭염에 대한 실무 준비가 되었습니까?

- 시원한 대기실을 마련하고 블라인드를 닫아 햇빛을 차단합니다. 정전 시 대응 계획을 세웁니다.
- 환자와 직원들이 물을 마실 수 있도록 준비합니다. 직원들이 필요에 따라 물을 마실 수 있는 추가 휴식 시간을 갖도록 합니다.
- 일기 예보와 지역 뉴스를 확인하여 폭염을 예측합니다. 개방된 무더위 쉼터를 계속 확인합니다.
- 어떤 환자가 더 취약한지 파악합니다. 환자의 특정 위험과 환자 자신을 보호하기 위해 취해야 하는 조치 그리고 무더위 쉼터를 찾는 방법에 대한 정보를 제공합니다.
- 직원들이 온열 관련 질환에 대한 응급 처치 방법에 대해 알고 있도록 합니다.

Oregon Health Authority

공중보건부

보건안보, 대비 및 대응(HSPR) 프로그램

전화: 971-673-1315

팩스: 971-673-1309

OHA 웹사이트:

<https://public.health.oregon.gov/Preparedness/Prepare/Pages/PrepareforExtremeHeat.aspx>

OHA 페이스북: www.facebook.com/OregonHealthAuthority

OHA 트위터: www.twitter.com/OHAOregon

본 문서는 다른 언어, 큰 글자, 점자 또는 다른 선호하는 형태로 제공될 수 있습니다.

보건안보, 대비 및 대응 프로그램 전화(971-673-1315) 또는

이메일(health.security@state.or.us)로 문의하십시오. 당국은 모든 통신 중계 전화 서비스를 제공하고 있으며, 또는 711번으로 전화하실 수도 있습니다.