



## 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](http://www.facebook.com/OregonHealthAuthority)

OHA 트위터: [www.twitter.com/OHAOregon](http://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](mailto:health.security@state.or.us))로 문의하십시오. 당국은 모든 통신 중계 전화 서비스를 제공하고 있으며, 또는 711번으로 전화하실 수도 있습니다.