



情况说明

在热浪来袭时照顾您较容易受影响的患者

在例行看诊时与患者谈谈他们可以如何预防与天气炎热有关的疾病。这将会非常有助于预防这些问题。简单的措施就可以发挥很大的作用，对高风险患者来说尤其如此。这些措施包括鼓励患者：

- 保持凉快。
- 保持充分补充水分。
- 请及时了解最新信息。

以下是一些您可以为您的高风险患者采取的简单措施：

- 帮助患者找到有冷气的公共场所，他们家里太热时可以去那些地方。
- 告诉患者，气温达到华氏 90 度以上时，不应该依赖于用风扇降温。
- 请确保患者知道他们应该在感到口渴前就喝水。如果他们的药物或病情影响他们充分补充水分的能力，请提供更多的指导。
- 告诉患者如何正确地存放药物，尤其是那些对温度变化很敏感的药物。
- 告诉他们关于中暑、热衰竭的警示迹象，以及酷热天气会引起慢性病的并发症。这会帮助患者意识到他们遇到问题了，并且如有需要去寻求帮助。
- 请告诉患者找其他人不时检查他们的状况是否良好。鼓励他们告诉那个人他们有哪些健康需求。

虽然在情况有问题时任何都可能发生与天气炎热有关的疾病，某些人的风险特别高。以下是在酷热天气更容易生病的人：年幼儿童、65 岁或年纪更大的成人、运动员，还有那些慢性病患者或体重过重者、户外工作者或低收入者。

在热浪来袭时会让人遭受更高风险的情况

慢性病	心脏疾病、高血压、糖尿病、癌症或肾病、酗酒或滥用药物、精神病
妨碍出汗的健康问题	心脏疾病、脱水、高龄、皮肤病（包括晒伤、痱子、有太多疤痕和灼伤）、先天性出汗障碍、囊性纤维化病、帕金森症、四肢麻痹、硬皮病、在服用有抗胆碱能作用的药物者。急性病。
日常生活不便	行动不便、认知障碍
社会因素	自己一个人住或没有什么人来往，社会经济地位低、无家可归
职业/娱乐	在热天剧烈运动或者在一个炎热的休闲环境工作

来源：澳大利亚维多利亚州州政府，2010 年

药物及热浪

有些药物会增加发生与天气炎热有关的疾病的风险，或者在暴露于高温时药效会降低或毒性变强。为易受影响的患者谨慎规划炎热天气时的安排应该包括向医疗护理提供商或药剂师咨询如何使用和存放药物。

会增加发生与天气炎热有关的疾病风险的药物的机理	
减少血管舒张	β受体阻滞剂
出汗变少	抗胆碱能药物；如三环抗抑郁药和苯托品、β受体阻滞剂、抗组胺类药物、吩噻嗪
增加身体产生的热量	抗精神病药；例如利培酮、奥氮平。兴奋剂；例如安非他命、可卡因
降低口渴感	丁酰苯类；例如氟哌啶醇和氟哌利多。血管紧张素转换酶 (ACE) 抑制剂
脱水	利尿剂、酒精
在某些易受影响的患者身上使得低血压加剧，让因炎热产生的病情更严重	血管扩张剂；例如硝酸盐、钙通道阻滞剂、其他抗高血压药
那些针对脱水时治疗指标较狭窄的药物毒性增加	地高辛、锂、华法林

来源：澳大利亚维多利亚州州政府，2010 年

您的诊所或医院准备好迎接热浪来袭了吗？

- 请提供凉快的候诊室，放下百叶窗，挡住阳光。准备好应急方案，以防万一停电。
- 请确保向您的患者和工作人员提供充足的饮用水。请让工作人员多休息几次。
- 在知道热浪将要来袭时，请关注天气预报和地方新闻。请了解有哪些避暑场所开放。
- 请了解哪些患者更容易受影响。让他们知道他们特有的风险，他们应该采取哪些措施来保护自己，以及如何找到避暑场所。
- 请确保您的工作人员了解针对与天气炎热有关的疾病的急救措施。



公共卫生部

卫生安全、准备和应对部门

电话：971-673-1315

传真：971-673-1309

俄勒冈州卫生局 (OHA) 网站：

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

俄勒冈州卫生局 (OHA) Facebook：www.facebook.com/OregonHealthAuthority

俄勒冈州卫生局 (OHA) Twitter：www.twitter.com/OHAOregon

您可以获取本文件的其他语言版本、大字版、盲文版或您所喜欢格式的版本。联系卫生安全、准备和应对部门，电话：971-673-1315 或电子邮件：health.security@state.or.us。我们会接听所有转接电话，或者您可以拨打 711。