



CONDIZIONI DI SALUTE

Le ondate di caldo sono lunghi periodi di caldo. Le ondate di caldo sono sempre più frequenti a causa dei cambiamenti climatici. Le ondate di caldo possono essere pericolose.

Se voi o una persona a voi cara soffrite di problemi di salute cronici (ad esempio problemi renali, cardiovascolari e mentali) o se prendete alcuni farmaci, potreste avere maggiori probabilità di avere problemi di salute quando fa caldo.



I farmaci possono cambiare il modo in cui il vostro corpo risponde al clima caldo e potrebbe significare che non vi rendiate conto che vi state surriscaldando o disidratando.



Chiedete al vostro medico quanta acqua dovrete bere quando fa caldo e portate sempre con voi una bottiglia d'acqua.



Chiedete al vostro medico o GP informazioni sui farmaci che assumete e come ridurre i rischi di problemi di salute durante la stagione calda.



Continuate a prendere i medicinali come vi è stato prescritto dal medico.



Chiedete a un amico o un parente di controllare come state ogni giorno e assicuratevi di avere tutto il necessario per rimanere in salute quando fa caldo, soprattutto se vivete da soli.



Fate attenzione: una persona con problemi di salute mentale o una persona con problemi cognitivi potrebbe non essere in grado di dirvi quando ha caldo o se non sta bene.

Se non vi sentite bene, contattate una infermiera Nurse on Call al numero 1300 60 60 24 o in caso di emergenza chiama il numero 000.