

Hedebølge:

Anbefalinger - Forebyggende tiltag:

Sørg for at beboerne drikker rigeligt, selvom han/hun ikke føler tørst.

Sundhedsstyrelsen anbefaler, at man drikker 1½ gang så meget som man plejer i stærk varme.

Drikkevarerne bør være kolde. Let påklædning skygge og kolde klude på håndleddenes underside (puls siden) og svale fodbade.

Særlig opmærksomhed:

Mange kroniske sygdomme giver dårligere evne til at sænke kropstemperaturen naturligt.

Sygdomme kan også give ringere følsomhed overfor tørst. Dette betyder at beboeren bliver alt for varm uden advarsel.

Astma/ luftvejslidelser:

Beboere med astma/ eller anden kronisk luftvejslidelse kan være mere udsat for forværrede symptomer når lufttemperaturen er høj i en længere periode. Det er derfor vigtigt at personalet er opmærksomt på om medicin dosis evt. skal reguleres.

Medicin, der gør det vanskeligt for beboeren at svede:

Noget af den medicin man tager fast kan forringe evnen til at svede eller føle tørst. Det gælder både receptpligtig medicin og håndkøbsmedicin.

Medicin der ikke tåler temperaturer over 25 grader:

Kontroller om beboers medicin skal opbevares i køleskab under den varmeste periode.