

Рекомендованные меры предосторожности

(сфера здравоохранения – население)

Внимание!



- Существует вероятность возникновения заболеваний, спровоцированных жарой. Соблюдайте питьевой режим и воздерживайтесь от активной деятельности на открытом воздухе в течение дня.
- Существует вероятность возникновения заболеваний, спровоцированных жарой. Носите легкую одежду, а, выходя на улицу, берите с собой зонт, шляпу и бутылку с водой.
- Существует риск пищевого отравления. Убедитесь, что пища прошла термообработку до полной готовности и хранится при температуре ниже 10°C.
- Существует риск пищевого отравления. Перед употреблением тщательно прокипятите ранее приготовленную пищу.
- Существует риск пищевого отравления. Тщательно мойте руки и соблюдайте правила хранения пищевых продуктов.

Осторожно!



- Существует риск возникновения заболеваний, спровоцированных жарой. Избегайте интенсивных физических нагрузок и активного отдыха.
- Существует риск возникновения заболеваний, спровоцированных жарой. Пейте жидкости с электролитами и отдыхайте каждые 30 минут во время активного отдыха.
- Существует риск возникновения заболеваний, спровоцированных жарой. Носите легкую одежду, а, выходя на улицу, берите с собой зонт, шляпу и бутылку с водой.
- Чистите и дезинфицируйте кухонную утварь, чтобы предотвратить бактериальное заражение и не допустить пищевого отравления.
- Высока вероятность пищевого отравления. Проверьте сроки годности и соблюдайте правила хранения пищевых продуктов.

Предельное внимание!



- Существует высокая вероятность возникновения заболеваний, спровоцированных жарой. Избегайте прогулок на открытом воздухе и отдыхайте с полудня до 17:00.
- Существует высокая вероятность возникновения заболеваний, спровоцированных жарой. Пейте много жидкости с электролитами и избегайте активного отдыха или пребывания на открытом воздухе.
- Существует высокая вероятность возникновения заболеваний, спровоцированных жарой. Позвоните по телефону 119, если вы испытываете длительные симптомы, такие как головокружение, тошнота или головная боль.
- Существует высокая вероятность возникновения заболеваний, спровоцированных жарой. Употребляйте легкую пищу и пейте много воды.
- Высока вероятность пищевого отравления. Обратитесь за медицинской помощью, если у вас симптомы пищевого отравления, такие как кровь в стуле или высокая температура.

Опасно!



- Существует высокий риск заболеваний, спровоцированных жарой. Избегайте прогулок на открытом воздухе с полудня до 17:00.
- Существует высокий риск заболеваний, спровоцированных жарой. Позвоните по телефону 119, если вы испытываете длительные симптомы, такие как головокружение, тошнота или головная боль.
- Существует высокий риск заболеваний, спровоцированных жарой. Позвоните по телефону 119, если у вас появились симптомы теплового удара, такие как рвота или высокая температура.

Подробные меры предосторожности с разбивкой по сферам см. на сайте погоды Корейского метеорологического управления (КМА, www.weather.go.kr) и в приложении KMA Weather App.

Четыре способа защитить себя от аномальной жары



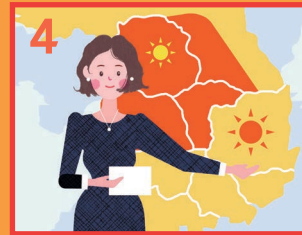
Пейте много воды.



Найдите прохладную тень.



Регулярно делайте перерывы.



Следите за обновлениями прогнозов об аномальной жаре с учетом последствий.

Различные способы информирования об аномальной жаре с учетом последствий

КМА, соответствующие агентства и вещательные компании сотрудничают для того, чтобы передавать прогнозы об аномальной жаре с учетом последствий по различным каналам.



Каким будет цвет

завтрашней

жары?

Прогнозы аномальной жары с учетом последствий

Официальный прогноз аномальной жары публикуется в 11:30 за сутки до ожидаемого опасного воздействия на здоровье населения, когда угроза в сфере здравоохранения достигает уровня «Внимание!» или выше.



Korea Meteorological Administration



Korea Meteorological Administration

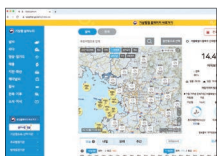
Какая жара ожидается завтра в нашем регионе?



Как проверить прогнозы аномальной жары с учетом последствий



1 Посетите веб-сайт Корейского метеорологического управления (КМА)



2 Используйте приложение KMA Weather App

Google Play



App Store



Проверяйте прогнозы аномальной жары с учетом последствий в 11:30 утра, чтобы не опасаться за свое здоровье и безопасность завтра!

Способы информирования

Население	Опции доступа	Предоставленная информация
Широкая общественность	- Сайт погоды КМА (версия для ПК / мобильного) - Приложение KMA Weather	Информация об уровне риска и последствиях для конкретных регионов
Команда по ликвидации последствий стихийных бедствий	Система информационных метеорологических порталов для предотвращения стихийных бедствий (http://asfo.kma.go.kr)	Распределение уровней риска и информация о последствиях для всех сфер в зоне ответственности

※ Услуга доступна в различных форматах, таким как SMS, передачи с субтитрами и голосовые услуги.

Что такое прогноз аномальной жары с учетом последствий?

Учитывая социальные и экономические последствия аномальной жары, в прогнозах ее последствия разделяют на четыре категории риска – «Внимание!», «Осторожно!», «Чрезвычайное внимание!» и «Опасно!», – предоставляя практические меры предосторожности для каждого из аспектов повседневной деятельности (всего шесть сфер, включая заботу о здоровье) для предотвращения ущерба от аномальной жары.

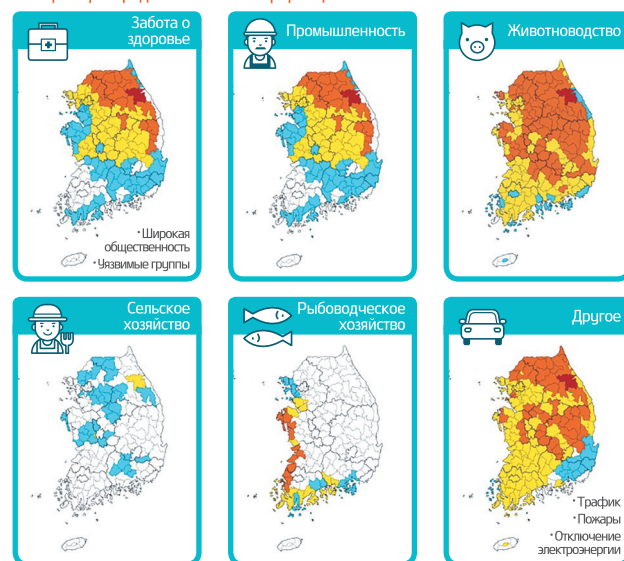
Уровни риска



Аспекты, на которые влияет жара

Уровни рисков из-за аномальной жары могут рассчитываться по-разному в зависимости от сектора.

▼ Примеры предоставляемой информации



Аномальная жара

Имеется в виду «чрезвычайно сильная жара», полными эквивалентами являются «экстремальная» или «палящая жара»

Предупреждения и меры предосторожности на случай аномальной жары



Публикуются в зависимости от температуры по ощущениям (с 15 мая 2023 года)

Рекомендации при аномальной жаре

- Публикуются, когда ожидается, что **самая высокая дневная температура по ощущениям** будет **33°C** или выше в течение двух или более дней.
- Публикуются в случае резкого повышения температуры по ощущениям или длительной аномальной жары, способной нанести значительный ущерб.

Предупреждения об аномальной жаре

- Публикуются, когда ожидается, что **самая высокая дневная температура по ощущениям** будет **35°C** или выше в течение двух дней подряд.
- Публикуются, когда ожидается резкое повышение температуры до аномальной или длительно аномальной жары, способной нанести значительный ущерб на обширной территории.

* Температура по ощущениям: субъективная температура, которую ощущают люди, с учетом влажности и ветра. В летние месяцы (с мая по сентябрь) учитываются и температура, и влажность воздуха.

Последствия аномальной жары



Заболевания, спровоцированные жарой, такие как тепловой удар, тепловое истощение и т. д.



Вред для домашнего скота, водных биоресурсов и растениеводства



Перебои с электричеством, пожары и т. д.



Группы, подверженные особому риску

