

Hướng dẫn Ứng phó (Ngành Y tế - Cộng đồng)

Chú ý



- Các bệnh liên quan đến nhiệt độ có thể xảy ra. Hãy uống đủ nước và tránh các hoạt động ngoài trời cường độ cao trong ngày.
- Các bệnh liên quan đến nhiệt độ có thể xảy ra. Hãy mặc quần áo mỏng nhẹ và mang theo ô dù, mũ và chai nước khi ra ngoài.
- Ngộ độc thực phẩm có thể xảy ra. Đảm bảo thực phẩm được nấu chín hoàn toàn và được bảo quản ở nhiệt độ dưới 10°C.
- Ngộ độc thực phẩm có thể xảy ra. Hâm nóng lại thực phẩm đã nấu chín trước khi tiêu thụ.
- Ngộ độc thực phẩm có thể xảy ra. Rửa tay kỹ và xử lý thực phẩm cẩn thận.

Cẩn thận



- Các bệnh liên quan đến nhiệt độ có thể xảy ra. Tránh tập thể dục hoặc các hoạt động ngoài trời có cường độ cao.
- Các bệnh liên quan đến nhiệt độ có thể xảy ra. Uống nước có chất điện giải và nghỉ ngơi sau mỗi 30 phút tham gia các hoạt động ngoài trời.
- Các bệnh liên quan đến nhiệt độ có thể xảy ra. Hãy mặc quần áo mỏng nhẹ và mang theo ô dù, mũ và chai nước khi ra ngoài.
- Làm sạch và khử trùng dụng cụ nấu ăn để ngăn ngừa ô nhiễm vi khuẩn và chú ý đến ngộ độc thực phẩm.
- Ngộ độc thực phẩm có thể xảy ra. Kiểm tra ngày hết hạn và phương pháp bảo quản thực phẩm.

Cảnh báo



- Các bệnh liên quan đến nhiệt độ có thể xảy ra. Tránh các hoạt động ngoài trời và nghỉ ngơi từ giữa trưa đến 5 giờ chiều.
- Các bệnh liên quan đến nhiệt độ có thể xảy ra. Hãy uống đủ nước có chứa điện giải và tránh các hoạt động ngoài trời hoặc ra ngoài.
- Các bệnh liên quan đến nhiệt độ có thể xảy ra. Gọi 119 nếu bạn gặp các triệu chứng dai dẳng như chóng mặt, buồn nôn hoặc nhức đầu.
- Các bệnh liên quan đến nhiệt độ có thể xảy ra. Ăn các bữa ăn nhẹ nhàng và uống đủ nước.
- Ngộ độc thực phẩm có thể xảy ra. Tìm kiếm sự chăm sóc y tế nếu bạn xuất hiện các triệu chứng nghi ngờ ngộ độc thực phẩm như phân có máu hoặc sốt cao.

Nguy hiểm



- Các bệnh liên quan đến nhiệt độ rất dễ xảy ra. Tránh các hoạt động ngoài trời từ giữa trưa đến 5 giờ chiều.
- Các bệnh liên quan đến nhiệt độ rất dễ xảy ra. Gọi 119 nếu bạn gặp các triệu chứng dai dẳng như chóng mặt, buồn nôn hoặc nhức đầu.
- Các bệnh liên quan đến nhiệt độ rất dễ xảy ra. Gọi 119 nếu bạn gặp các triệu chứng say nắng như nôn mửa hoặc sốt cao.

Bốn cách để bảo vệ bản thân khỏi các đợt nắng nóng



Uống nhiều nước.



Tìm bóng mát.



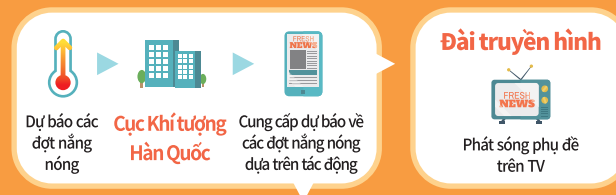
Thường xuyên nghỉ giải lao.



Cập nhật thông tin dự báo về các đợt nắng nóng.

Đa dạng hóa các kênh truyền thông dự báo các đợt nắng nóng dựa trên tác động

KMA, các cơ quan liên quan và các đài truyền hình hợp tác để cung cấp dự báo đợt nắng nóng dựa trên tác động thông qua các kênh khác nhau.



Màu nào

Sẽ xuất hiện vào ngày mai

Nhiệt độ sẽ là bao nhiêu?

Dự báo đợt nắng nóng dựa trên tác động

Dự báo đợt nắng nóng dựa trên tác động được đưa ra lúc 11:30 sáng. Một ngày trước khi tác động của đợt nắng nóng dự kiến sẽ đạt đến mức độ quan tâm hoặc mức trên đó đối với cộng đồng ngành y tế.

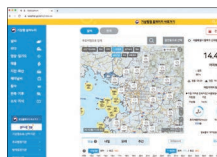
Ngày mai, màu nhiệt độ sẽ là màu nào trong khu vực của chúng ta?



Làm thế nào để kiểm tra Dự báo Đợt nắng nóng dựa trên tác động.



1 Truy cập trang web của Cục Khí tượng Hàn Quốc (KMA)



2 Sử dụng ứng dụng thời tiết KMA

Google Play



App Store



Kiểm tra dự báo đợt nắng nóng dựa trên tác động vào lúc 11:30 sáng vì sức khỏe và sự an toàn của bạn vào ngày mai!

Phương pháp cung cấp thông tin

Người nhận	Các tùy chọn truy cập	Thông tin được cung cấp
Công chúng	- Trang web Thời tiết KMA (PC/Di động) - Ứng dụng thời tiết KMA	Mức độ rủi ro và thông tin tác động đối với các lĩnh vực đáng chú ý
Đội ngũ chịu trách nhiệm quản lý rủi ro thiên tai	Hệ thống Cổng Thông tin Khí tượng Phòng chống Thiên tai (http://asfo.kma.go.kr)	Xếp loại các mức độ rủi ro và thông tin về tác động cho tất cả các ngành chịu trách nhiệm liên quan.

※ Dịch vụ này đang được mở rộng thông qua nhiều kênh khác nhau, chẳng hạn như SMS, chương trình phát sóng có phụ đề và dịch vụ thoại.

Dự báo đợt nắng nóng dựa trên tác động là gì?

Xem xét các tác động xã hội và kinh tế của đợt nắng nóng, phân loại mức độ rủi ro của dự báo đợt nắng nóng dựa vào tác động thành bốn cấp độ (Chú ý, Cảnh báo, Cảnh báo và Nguy hiểm) cung cấp hướng dẫn ứng phó cụ thể theo từng lĩnh vực (sáu lĩnh vực, bao gồm sức khỏe) để ngăn ngừa thiệt hại do đợt nắng nóng gây ra.

Mức độ rủi ro



Nguy hiểm

Sẽ có thiệt hại xảy ra ở hầu hết các khu vực bị ảnh hưởng và có thể xảy ra thiệt hại nghiêm trọng ở một số khu vực. Các tác động dự kiến sẽ kéo dài trong một thời gian dài.



Cảnh báo

Sự thiệt hại đáng kể dự kiến sẽ xảy ra ở nhiều khu vực trong khu vực bị ảnh hưởng. Tác động dự kiến sẽ kéo dài trong một thời gian ngắn.

Liên quan đến các cảnh báo về đợt nắng nóng.



Cẩn thận

Dự kiến sẽ xảy ra thiệt hại cấp độ thấp tại một số khu vực bị ảnh hưởng.

Liên quan đến các cảnh báo về đợt nắng nóng.



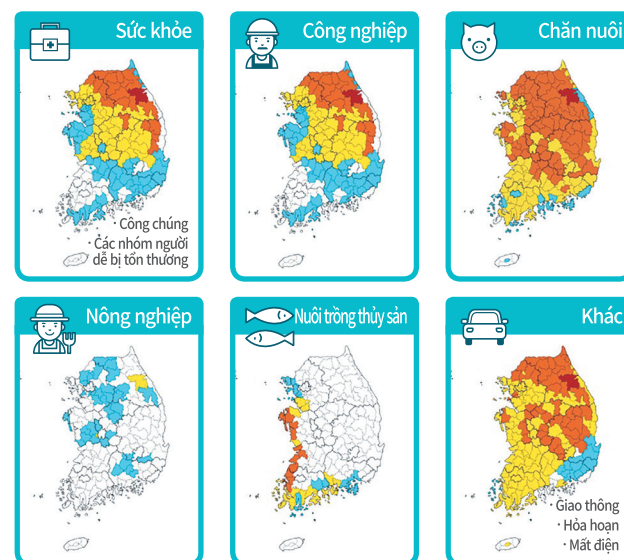
Chú ý

Cuộc sống hàng ngày có thể bị ảnh hưởng và dự kiến sẽ có một số tác động đối với các nhóm người dễ bị tổn thương.

Lĩnh vực được đề cập

Mức độ nguy cơ của đợt nắng nóng được cung cấp theo cách khác nhau tùy thuộc vào các ngành mục tiêu.

▼ Ví dụ về các Thông Tin được Cung Cấp



Đợt nắng nóng

Được định nghĩa là "nhiệt độ cực kỳ cao," đồng nghĩa với **thiệt hại hoặc sức nóng dữ dội**

Cảnh báo và khuyến cáo về đợt nắng nóng



Được đưa ra dựa trên mức nhiệt rõ ràng (từ ngày 15 tháng 5 năm 2023)

Khuyến cáo về đợt nắng nóng

- Được đưa ra khi **nhiệt độ biểu kiến trong ngày** được dự đoán sẽ **là 33°C** hoặc cao hơn trong hai ngày liên tiếp trở lên
- Được đưa ra khi dự kiến nhiệt độ biểu kiến sẽ có sự tăng đột ngột hoặc đợt nắng kéo dài gây ra thiệt hại đáng kể.

Cảnh báo về đợt nắng nóng

- Được đưa ra khi **nhiệt độ biểu kiến trong ngày** được dự đoán sẽ **là 35°C** hoặc cao hơn trong hai ngày liên tiếp trở lên
- Được đưa ra khi dự kiến nhiệt độ biểu kiến sẽ có sự tăng đột ngột hoặc đợt nắng kéo dài gây ra thiệt hại đáng kể.

*Nhiệt độ Biểu kiến: Nhiệt độ mà con người cảm nhận, đã xem xét đến độ ẩm và gió. Cả nhiệt độ và độ ẩm đều được xem xét trong những tháng mùa hè (từ tháng 5 đến tháng 9).

Tác động của các đợt nắng nóng



Bệnh liên quan đến nhiệt độ như cảm sốt, kiệt sức do nắng nóng, v.v.



Gây thiệt hại đối với gia súc, cá, và cây trồng



Mất điện, cháy rừng, v.v.

Nhóm đặc biệt Nguy cơ

