

Panduan Tanggap Darurat (Sektor Kesehatan - Masyarakat Umum)

Perhatian

- Penyakit yang berhubungan dengan cuaca panas dapat terjadi. Pastikan untuk tetap terhidrasi dan hindari aktivitas di luar ruangan yang intens di siang hari.
- Penyakit yang berhubungan dengan cuaca panas dapat terjadi. Kenakan pakaian yang tipis dan bawalah payung, topi, dan botol air saat berada di luar ruangan.
- Keracunan makanan dapat terjadi. Pastikan makanan benar-benar matang dan disimpan pada suhu di bawah 10°C.
- Keracunan makanan dapat terjadi. Panaskan kembali makanan yang telah dimasak sebelum dikonsumsi.
- Keracunan makanan dapat terjadi. Cuci tangan Anda secara menyeluruh dan tangani makanan dengan hati-hati.

Waspada

- Penyakit yang berhubungan dengan cuaca panas mungkin terjadi. Hindari olahraga yang intens atau aktivitas di luar ruangan.
- Penyakit yang berhubungan dengan cuaca panas mungkin terjadi. Minumlah cairan dengan elektrolit dan beristirahatlah setiap 30 menit selama beraktivitas di luar ruangan.
- Penyakit yang berhubungan dengan cuaca panas mungkin terjadi. Kenakan pakaian yang tipis dan bawalah payung, topi, dan botol air berada di luar ruangan.
- Bersihkan dan lakukan desinfeksi peralatan memasak untuk mencegah kontaminasi bakteri dan waspadai keracunan makanan.
- Keracunan makanan mungkin saja terjadi. Periksa tanggal kedaluwarsa dan metode penyimpanan makanan.

Peringatan

- Penyakit yang berhubungan dengan cuaca panas sangat mungkin terjadi. Hindari aktivitas di luar ruangan dan beristirahatlah antara pukul 12:00 ~ 17.00.
- Penyakit yang berhubungan dengan cuaca panas sangat mungkin terjadi. Minumlah banyak cairan dengan elektrolit dan hindari aktivitas di luar ruangan atau berada di luar ruangan.
- Penyakit yang berhubungan dengan cuaca panas sangat mungkin terjadi. Hubungi 119 jika Anda mengalami gejala yang terus-menerus seperti pusing, mual, atau sakit kepala.
- Penyakit yang berhubungan dengan cuaca panas sangat mungkin terjadi. Makanlah makanan ringan dan minumlah banyak air.
- Keracunan makanan mungkin saja terjadi. Cari bantuan medis jika Anda mengalami gejala keracunan makanan yang mencurigakan, seperti tinja berdarah atau demam tinggi.

Bahaya

- Penyakit yang berhubungan dengan cuaca panas sangat mungkin terjadi. Hindari aktivitas di luar ruangan antara pukul 12 siang ~ 5 sore.
- Penyakit yang berhubungan dengan cuaca panas sangat mungkin terjadi. Hubungi 119 jika Anda mengalami gejala yang terus-menerus seperti pusing, mual, atau sakit kepala.
- Penyakit yang berhubungan dengan cuaca panas sangat mungkin terjadi. Hubungi 119 jika Anda mengalami gejala sengatan panas (heat stroke) seperti muntah atau demam tinggi.

Empat Cara Melindungi Diri dari Gelombang Panas



1 Minum banyak air.



2 Temukan tempat teduh yang sejuk.



3 Beristirahatlah secara teratur.



4 Tetap terinformasi tentang prakiraan gelombang panas.

Komunikasi Prakiraan Gelombang Panas Berbasis Dampak yang Beragam

KMA, instansi-instansi terkait, dan lembaga penyiaran berkolaborasi untuk menyampaikan prakiraan gelombang panas berbasis dampak melalui berbagai saluran.



Apa Warna Gelombang Panas

yang Akan Muncul

Besok?

Prakiraan Gelombang Panas Berbasis Dampak

Prakiraan gelombang panas berbasis dampak diumumkan pada pukul 11:30 pagi sehari sebelum dampak gelombang panas diperkirakan mencapai level "perhatian" atau lebih tinggi bagi masyarakat umum di bidang kesehatan.

Silakan merujuk ke **Situs Web Cuaca Administrasi Meteorologi Korea (KMA) (www.weather.go.kr)** dan **Aplikasi Cuaca KMA** untuk panduan respons terperinci yang dikategorikan berdasarkan sektor.

Apa Warna Gelombang Panas di Daerah Kita Besok?



Cara Memeriksa Prakiraan Gelombang Panas Berbasis Dampak

1 Kunjungi situs web Administrasi Meteorologi Korea (KMA)

2 Gunakan Aplikasi Cuaca KMA

Periksa prakiraan gelombang panas berbasis dampak pada pukul 11:30 pagi besok untuk kesehatan dan keselamatan Anda!

Metode Penyediaan Informasi

Penerima	Opsi Akses	Informasi yang Diberikan
Masyarakat Umum	<ul style="list-style-type: none"> Situs web cuaca KMA (PC/Mobile) Aplikasi Cuaca KMA 	Informasi tingkat risiko dan dampak untuk area tertentu
Personil Penanggulangan Bencana	<ul style="list-style-type: none"> Sistem Portal Informasi Meteorologi untuk Pencegahan Bencana (http://asfo.kma.go.kr) 	Distribusi tingkat risiko dan informasi dampak untuk semua sektor di dalam area yang menjadi bertanggung jawab

※ Layanan ini diperluas melalui berbagai saluran, seperti SMS, siaran dengan teks terjemahan, dan layanan suara.

Apa yang Dimaksud dengan Prakiraan Gelombang Panas Berbasis Dampak?

Dengan mempertimbangkan dampak sosial dan ekonomi dari gelombang panas, prakiraan gelombang panas berbasis dampak mengategorikan tingkat risiko gelombang panas ke dalam empat level (**Perhatian, Waspada, Peringatan, dan Bahaya**) yang memberikan panduan respons spesifik berdasarkan sektor (**enam sektor, termasuk kesehatan**) untuk mencegah kerugian/kerusakan akibat gelombang panas.

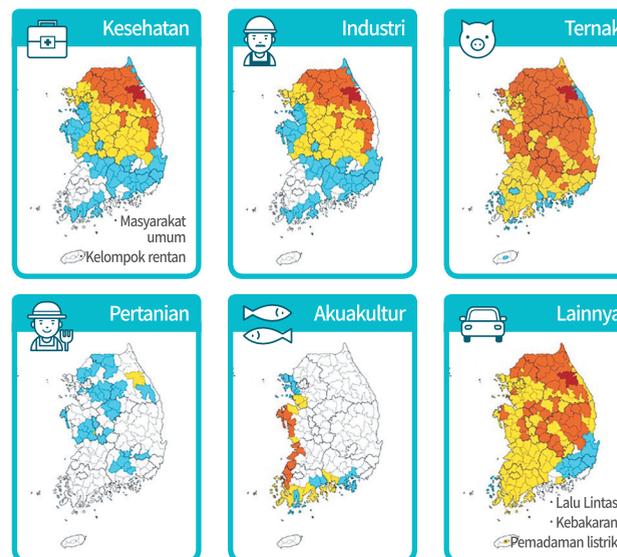
Level Risiko



Sektor-sektor yang Tercakup

Level risiko gelombang panas diberikan secara berbeda tergantung pada sektor target.

▼ Contoh Informasi yang Diberikan



Gelombang Panas

Didefinisikan sebagai "panas yang sangat parah," identik dengan panas yang menyengat atau terik

Informasi dan Peringatan Gelombang Panas



Diumumkan berdasarkan suhu nyata (mulai 15 Mei 2023)

Peringatan Gelombang Panas

- Diumumkan ketika **suhu nyata harian tertinggi** diperkirakan akan mencapai **33°C** atau lebih tinggi selama dua hari atau lebih.
- Diumumkan ketika peningkatan suhu yang cepat atau gelombang panas yang berkepanjangan diperkirakan akan menyebabkan kerusakan yang signifikan.

Peringatan Gelombang Panas

- Diumumkan ketika **suhu nyata harian tertinggi** diperkirakan akan mencapai **35°C** atau lebih tinggi selama dua hari berturut-turut.
- Diumumkan ketika terjadi peningkatan suhu yang cepat atau gelombang panas yang berkepanjangan yang diperkirakan akan menyebabkan kerusakan yang signifikan di area yang luas.

*Suhu Nyata: Suhu yang dirasakan orang, dengan mempertimbangkan kelembapan dan angin. Suhu dan kelembapan dipertimbangkan selama bulan-bulan musim panas (Mei hingga September).

Dampak Gelombang Panas



Penyakit yang berhubungan dengan panas seperti sengatan panas (heat stroke), kelelahan akibat panas, dan lain-lain.



Kerusakan/Kematian pada ternak, ikan, dan tanaman



Pemadaman listrik, kebakaran, dan lain-lain.

⚠️ Kelompok-kelompok Berisiko Utama ⚠️

