



Тепловые волны и жаркая погода

Последнее обновление 2024-09-14

Ключевые факты

- Тепловая волна — это продолжительный период необычно высоких температур. Тепловые волны обычно имеют заметное начало и конец и, как правило, особенно затрагивают городские районы
- Жара и жаркие погодные явления усугубляются изменением климата и, как ожидается, станут более частыми и более суровыми в будущем. Более жаркие и сухие условия высушивают экосистемы и, следовательно, увеличивают риск лесных пожаров. Риск возникновения лесных пожаров возрастает в условиях засухи и сильных ветров. В свою очередь, лесные пожары влияют на погоду и климат, выбрасывая в атмосферу большое количество углекислого газа, угарного газа и мелких твердых частиц. Загрязнение воздуха в результате может вызвать проблемы с дыханием и сердечно-сосудистой системой.
- Риск экстремальной жары часто носит сезонный характер. Тем не менее, готовиться к тепловым волнам следует в течение всего года

Основные последствия для здоровья

Последствия для здоровья	Факторы риска
--------------------------	---------------

<p>Последствия, связанные с жарой:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обезвоживание: Это происходит, когда в организме человека недостаточно воды и других жидкостей для нормального функционирования. Это приводит к жажде, головокружению, усталости, сухости во рту и глазах, а также к изменению характера мочеиспускания (меньший объем, более темный цвет) • Тепловые судороги: болезненные спазмы крупных групп мышц из-за жары • Тепловое истощение: невозможность продолжать деятельность из-за истощения и слабости, тошноты, пота и жажды • Тепловой удар: происходит, когда температура тела повышается до 40°C (104F) или выше. Симптомы могут включать дезориентацию, судороги, спутанность сознания, отсутствие пота, несмотря на ощущение сильного жара. Это неотложная медицинская помощь 	<ul style="list-style-type: none"> • Занятие ручным трудом и/или работа на открытом воздухе повышают риск заболевания от жары. • Взрослые старше 65 лет, младенцы, беременные и кормящие женщины, а также люди с хроническими заболеваниями подвержены большему риску из-за менее эффективной терморегуляции организма (способности поддерживать стабильную температуру) и более быстрого обезвоживания при высоких температурах. • Проживание в городских районах повышает риск, так как температура в них повышается быстрее. • Люди, оставшиеся без крова, подвергаются повышенному риску из-за длительного воздействия погодных условий. • Социально-экономические группы могут иметь меньший доступ к стратегиям преодоления последствий, например, меньше возможностей находиться в прохладных кондиционированных или затененных помещениях, откладывать работу на более прохладное время дня или даже после окончания волны жары.
<p>Усугубление уже имеющихся хронических сердечно-сосудистых и респираторных заболеваний</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Основными причинами заболеваний и смерти во время аномальной жары являются уже существующие заболевания дыхательных путей и сердца.
<p>Ожоги и травмы на рабочем месте</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Риски на рабочем месте включают непреднамеренные травмы и несчастные случаи на работе, поскольку высокие температуры могут влиять на когнитивные способности, тем самым увеличивая риск ошибок.

<p>Усиление распространения болезней, передающихся через воду, пищу, переносчиков и зоонозов</p>	<ul style="list-style-type: none"> • В жаркую погоду, когда воды не хватает, ограниченное количество питьевой воды может привести к использованию загрязненной воды для питья и приготовления пищи. • Безопасность пищевых продуктов также подвергается риску из-за жаркой погоды, поскольку при высоких температурах размножаются пищевые бактерии (например, сальмонелла), а быстро портящиеся продукты, которые невозможно хранить в холоде, могут привести к пищевым отравлениям и диарейным заболеваниям • Жаркая погода является одним из факторов, способствующих росту вредоносного цветения водорослей (ВЦВ), фактора риска пищевых и водных заболеваний. Водоросли вырабатывают биотоксины, накапливаемые моллюсками и рыбой. Потребление загрязненных морепродуктов приводит к тошноте и диарее у людей. Приготовление или обработка не могут уничтожить эти биотоксины. • Риск трансмиссивных и зоонозных заболеваний увеличивается там, где увеличивается количество хозяев, привлеченных испорченной пищей (например, крысами)
<p>Ожоги и респираторные заболевания во время лесных пожаров</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ожоги, внешние травмы и внутренние ожоги от вдыхания дыма представляют опасность, особенно для пожарных и спасателей. • Дым и пепел также могут вызывать раздражение глаз, носа, горла и легких; кашель и хрипы; заболевания легких, такие как бронхит или обострение астмы; а также обострение сердечно-сосудистых заболеваний, таких как сердечная недостаточность. • Лесные пожары выбрасывают в воздух большое количество ртути, что может привести к нарушению речи, слуха и ходьбы, проблемам со зрением и мышечной слабости

Инструменты для борьбы с болезнями, которые могут быть актуальны

[_> Острая диарея \(кровавая/дизентерийная и не дизентерийная\)](#)

[_> Гепатит А](#)

[_> Гепатит Е](#)

[_> Брюшной тиф](#)

[_> Корь](#)

[_> Менингококковый менингит](#)

[_> Полиомиелит \(полиомиелит\)/Острый вялый паралич](#)

[_> Острые респираторные инфекции \(ОРИ\)](#)

[_> COVID-19/КОВИД-19](#)