

预防中暑大班安 全



目录

- 中暑的危害
- 中暑的原因和风险因素
- 预防中暑的方法和措施
- 中暑的急救和处理
- 中暑预防的安全教育

01

CATALOGUE

中暑的危害



中暑的症状

头痛、眩晕、恶心、
呕吐、心悸、乏力、
高热等症状。



可能出现昏迷、抽搐、
呼吸急促、心跳加快
等症状。

皮肤湿冷、脉搏细速、
血压下降等表现。



中暑的后果



严重中暑可能导致多器官功能衰竭、昏迷、休克甚至死亡。



中度中暑可能导致头痛、恶心、呕吐、乏力等症状，需要紧急处理和休息。



轻度中暑可能导致头痛、恶心等症状，需要适当休息和护理。



中暑的预防重要性



预防中暑可以避免对身体健康的危害，特别是在高温天气下，中暑的风险更高。

预防中暑可以减少医疗负担和社会资源的浪费，因为中暑需要紧急处理和医疗支持。



预防中暑可以提高生活质量，避免因中暑导致的身体不适和心理压力。

02

CATALOGUE

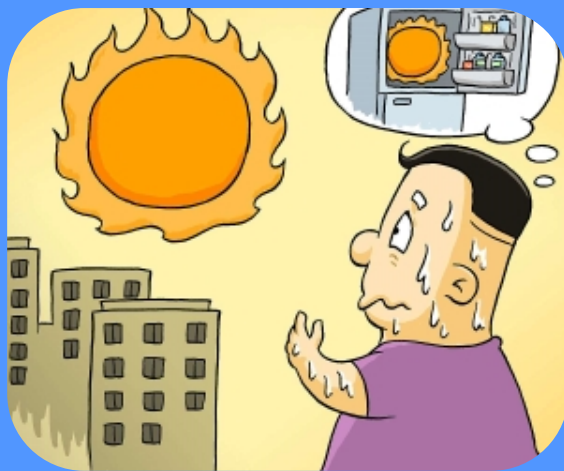
中暑的原因和风险因素



高温环境



气温过高会增加人体的热量，导致体温上升，引发中暑。



湿度过高会限制汗液蒸发，降低身体散热能力，增加中暑风险。



长时间暴露在高温环境下，缺乏适当的防护措施，如未及时补充水分、未穿适当的衣物等，都可能引发中暑。



缺乏水分



01

人体需要足够的水分来维持正常的生理功能，缺乏水分会导致身体脱水，降低身体散热能力，增加中暑风险。



02

在高温环境下，人体会通过出汗来散热，如果水分摄入不足，会导致身体无法及时排出多余的热量，引发中暑。

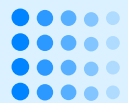


身体疲劳

身体疲劳会降低身体的抵抗力，使得身体更容易受到高温和脱水的影响，增加中暑风险。

长时间进行体力活动或运动，没有得到充分的休息和恢复，都可能导致身体疲劳，增加中暑风险。





健康状况不佳



某些慢性疾病，如糖尿病、心血管疾病等，会影响身体的代谢和循环功能，使得身体更容易受到高温的影响，增加中暑风险。

营养不良、缺乏维生素和矿物质等，也会降低身体的抵抗力，增加中暑风险。

03

CATALOGUE

预防中暑的方法和措施

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/576100013052010055>