

الإجهاد الحراري

مفهوم الإجهاد الحراري:

الإجهاد الحراري حالة تحدث بسبب فقدان الجسم كميات كبيرة من الماء والأملاح نتيجة التعرض الطويل للحرارة والتعرق الشديد.

أعراض الإجهاد الحراري:

- التعرق الشديد
- شحوب الوجه
- الصداع
- الغثيان
- تشنج العضلات
- تسارع النبض والتنفس
- انخفاض ضغط الدم
- تشوش الرؤية

الفرق بين ضربة الشمس والإجهاد الحراري:

ضربة الشمس	الإجهاد الحراري
حالة خطيرة وطارئة	أقل خطورة
قد ترتفع حرارة الجسم بشدة	قد تكون الحرارة طبيعية أو مرتفعة قليلاً
قد يفقد المصاب الوعي	غالباً يبقى المصاب واعياً
تحتاج تدخلاً طبياً فورياً	تعالج بالراحة والسوائل غالباً