

增加耐热性的慢性疾病

一些慢性疾病会增加普通民众和工人遭受高温不利影响的

甲状腺疾病

甲状腺激素诱导细胞释放热能

肥胖

在肥胖受试者中，在炎热环境中工作所需的心脏工作量增加

哮喘和慢性支气管炎

高温会导致支气管收缩和哮喘发作，尤其是在高湿度的情况下

糖尿病

- 糖尿病由于微循环反应性的整体改变而导致对热的血管舒张减少，从而阻碍热分散，可能的周围神经病变会加剧这种情况，从而减少和减慢温度调节机制的激活。
- 如果剧烈体力活动，血糖可能会下降



精神障碍和神经系统疾病

它们可能会导致人们对与高温相关的风险的看法发生改变，从而导致采取不当行为

心血管疾病

它们会使加强心脏做功变得困难，这两者都是通过增加流向周围区域的血流来散发热量以及增加流向受努力影响的肌肉区域的血流量所必需的，特别是对于代谢要求高的工作任务

肾脏疾病

- 医学文献报道，对于患有肾衰竭或正在进行透析的受试者，其经常与动脉高血压和其他心血管疾病相关，且风险增加与热量相关的压力变化
- 脱水会变得更糟
肾功能衰竭

治疗这些疾病的药物可能会增加与热相关的疾病的风险，包括：

- 抗凝剂
- 抗癌/化疗药物

COSA FARE

高血压患者及心血管疾病患者

- 注意正确补水以及补充流失的液体和矿物盐，尤其是在存在可能促进心律失常发作的伴随危险因素（例如胃肠道感染）的情况下
- 突然站立时要小心，避免血压突然变化
- 夏季更频繁地监测血压，并寻求医生的建议以调整治疗方案
- 如果您患有高血压，请减少盐的摄入量

患有呼吸道疾病的人

- 随身携带用于治疗支气管收缩的药物

患有精神或神经系统疾病的人

- 充分补充水分并定期服药

患有肾脏疾病的人

- 更频繁地监测血压
- 充足水分并遵循健康饮食，偏爱富含纤维和低钾的食物

糖尿病患者

- 在炎热天气下更频繁地监测血糖，尤其是在以下情况下胰岛素治疗的
- 小心暴露在阳光下，使用高防护防晒霜（SPF 50+）以避免严重烧伤
- 携带少量零食以防低血糖发作：向营养师寻求建议
- 保护设备和血糖试纸免受阳光和高温的影响

对于所有患有慢性病的工人

- 与您的职业医生和家庭医生讨论在接触高温时应采取的正确行为
- 请记住，身体需要逐渐适应炎热
- 即使在下班之前，也要喝新鲜饮料提神并补充水分，限制咖啡的摄入量，因为咖啡会促进脱水
- 遵循健康饮食，吃足够的食物并避免饮酒
- 根据不同的就业环境，了解高温对工人影 - 请参阅 <https://www.salute.gov.it/portale/caldo/homeCaldo.jsp> 与 <https://www.workclimate.it/scelta-mappa/>
- 注意大量出汗、头痛、恶心、抽筋等症状：迅速提醒同事和安全经理
- 如果症状恶化，请迅速联系 118
- 不要自行暂停正在进行治疗：在没有医生监督的情况下暂停治疗，即使是暂时的，也会严重加重病理状态
- 要了解更多信息： <http://www.salute.gov.it/caldo>

作者

Miriam Levi¹, Francesca de' Donato², Manuela De Sario², Emanuele Crocetti³, Andrea Bogi⁴, Iole Pinto⁴, Marco Morabito⁵, Alessandro Messeri⁵ (AMPRO 气象学家), Alessandro Marinaccio⁶, Simona Del Ferraro⁶, Tiziana Falcone⁶, Vincenzo Molinaro⁶ 和 Michela Bonafede⁶

1 UFC 流行病学，托斯卡纳中心地方卫生局预防部门

2 拉齐奥大区地区卫生服务流行病学部

3 UFS CeRIMP，托斯卡纳中部地方卫生局预防部

4 公共卫生实验室，东南托斯卡纳地方卫生局物理制剂实验室

5 生物经济研究所 - 国家研究委员会

6 医学、流行病学、职业和环境卫生学系 - INAIL

Matteo Gramigni (ZonaZero) 的图形项目

