

វិធីការពារជំងឺស្រូកកម្ដៅ
ទី១

បំពេញជាតិទឹកនិងជា
តិអំបិលឲ្យបានញឹកញាប់៖



វិធីការពារជំងឺស្រូកកម្ដៅ
ទី២

សម្រាកនៅ
កន្លែងត្រជាក់



ពោះយើងនាំគ្នាការពារខ្លួនពី៖

ជំងឺស្រូកកម្ដៅ

ជំងឺស្រូកកម្ដៅគឺងាយនឹងកើតណាស់អាស្រ័យលើលក្ខខណ្ឌខុសៗទៅពេលណា ទីណា នរណាក៏ដោយ។ ពិសេសគឺនៅពេលលេងកីឡាឬពេលធ្វើការងារគឺងាយនឹងកើតឡើង ហើយបើអាការធ្ងន់ធ្ងរគឺអាចមានគ្រោះថ្នាក់ដល់អាយុជីវិត។ បើមានការយល់ដឹងត្រឹមត្រូវនិងចេះវិធីការពារសមស្រប នោះនឹងអាចការពារមិនឲ្យកើតមានឡើងបាន ហេតុនេះ យើងត្រូវនាំគ្នាចាត់វិធានការឲ្យបានសមស្របមុននឹងកើតជំងឺស្រូកកម្ដៅដើម្បីឆ្លងផុតរដូវក្ដៅដ៏ក្ដៅនេះ។

វិធីការពារជំងឺស្រូកកម្ដៅ
ទី៣

ពេលមានអារម្មណ៍ថា "ដូចជាមិនស្រួលខ្លួន?" ត្រូវរាយការណ៍ភ្លាម៖



កើតជំងឺស្រូកកម្ដៅហើយដុះ តើត្រូវធ្វើបែបណា?



ពោះប្រើតម្លៃ WBGT

តម្លៃ WBGT គឺត្រូវបានគេប្រើប្រាស់សម្រាប់វាយតម្លៃស្ថានភាពកម្ដៅ និងវិវារហើយដុះដូចចង់ជំងឺស្រូកកម្ដៅ។ ជាពិសេស វាជួយក្នុងការវាយតម្លៃថា តើស្ថានភាពកម្ដៅនេះ អាចបណ្តាលឱ្យមានជំងឺស្រូកកម្ដៅបានដែរឬទេ។

បំណែងចែកហានិភ័យតាមតម្លៃ WBGT (ឧទាហរណ៍)

ប្រុងប្រយ័ត្ន	ប្រកាសអាសន្ន	ប្រកាសអាសន្នធ្ងន់ធ្ងរ	គ្រោះថ្នាក់
ក្រោម 25°C	25~28°C	29~31°C	31°C ឡើងទៅ

ស្ថានភាពនិងការព្យាករណ៍នៃ WBGT មានចុះផ្សាយលើគេហទំព័រព័ត៌មានអំពីការការពារជំងឺស្រូកកម្ដៅនៃក្រសួងបរិស្ថាន ធម្មនុញ្ញ និងការងារ។

វិធីការពារជំងឺស្រូកកម្ដៅ

- សូមនាំគ្នាធ្វើសំបាត់ប្រាណប្រាណយៗដូចជាដើររោតប្រាណជាប្រចាំដើម្បីរាយការយសនឹងកាតព្វកិច្ច។
- ក្នុងពេលបំពេញការងារ សូមនាំគ្នាទទួលបានជាតិទឹកនិងជាតិអំបិលឲ្យបានញឹកញាប់ ស្របតាមតម្លៃស្រូកកម្ដៅដោយរក្សាជាប់ជាដើម។



ក្រសួងបរិស្ថាន ធម្មនុញ្ញ និងការងារ
អំពីការការពារជំងឺស្រូកកម្ដៅ



ចំពោះព័ត៌មានអំពីជំងឺស្រូកកម្ដៅសូមចូលមើល
<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000116133.html>

