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:

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