Korean

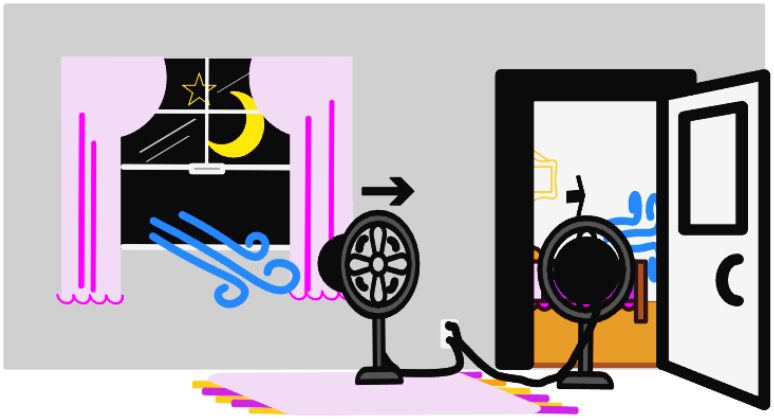
폭염과 선풍기 사용 Extreme Heat and Using Fans

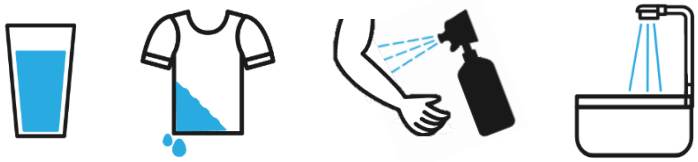
아주 더울 때는 선풍기를 올바르게 사용하세요. 선풍기를 잘못 사용하면 몸이 과열될 수 있습니다. 고령자와 심장 및 폐 질환이 있는 사람은 온열 질환에 걸릴 위험이 더 큽니다.

권장 Do's

- 실외 공기가 실내 공기보다 더 시원할 때 선풍기를 열린 창문 옆에 놓고 사용**하세요**.
- 시원해진 방의 공기가 선풍기로 더운 방으로 옮겨 가게 **하세요**.
- 더위를 식히는 다른 방법과 함께 선풍기를 사용**하세요**.

  더위를 식히는 다른 방법:
  - 물 마시기
  - 젖은 옷 입기
  - 피부에 물 뿌리기
  - 시원한 물로 샤워나 목욕하기





금지 Don'ts

- 실외 공기가 실내 공기보다 더 더울 때는 선풍기를 열린 창문 옆에 놓고 사용**하지 마세요**.
- 실내 온도가 35°C 이상일 때는 선풍기 바람이 피부에 닿지 **않게 하세요**.
- 더위를 식히는 방법으로 선풍기만 사용**하지 마세요**.

아시나요?

선풍기로는 체온이 낮아지지 않습니다.

선풍기만으로는 공기가 시원해지지 않습니다.

덥고 습한 날에 선풍기만으로 더위를 식히면 몸이 과열될 수 있습니다.

fraserhealth.ca/heatsafety

이 자료에 담긴 내용은 의료 제공자가 해드린 조언을 대신하는 정보가 아닙니다.

Catalogue #268075 (July 2023) For more copies: patienteduc.fraserhealth.ca

Images created using AutoDraw.com