



شدید گرمی سے متاثرہ افراد کیلئے ہدایات

گرمی کا اسٹروک

علامات

- ← زرد رنگت
- ← دل کی دھڑکن تیز ہونا
- ← جوڑوں میں کچھاؤ
- ← کمزوری اور غنودگی
- ← سردرد
- ← قہ یا متلی کی کیفیت
- ← خشک اور سرخ جلد
- ← پسینہ آنا بند ہو جانا
- ← بہکی بہکی باتیں کرنا
- ← بے چینی اور بے ہوشی کی تمام نشانیاں

ضروری ہدایات

- ← متاثرہ شخص کو ٹھنڈی جگہ لے جائیں
- ← درجہ حرارت کم کرنے کیلئے سیکھے کا استعمال کریں
- ← غیر ضروری کپڑے اتار دیں تاکہ جلد کو زیادہ سے زیادہ ہوا لگ سکے

فوری رجوع کریں

یہ ایمر جنسی صورتحال ہے اس لیے جلد سے جلد ایمبولینس بلا کر مریض کو قریبی اسپتال لے جائیں



THE URBAN UNIT
Urban Sector Planning & Management Services Unit (P-4) Ltd.
A Public Sector Company.



ESSA



CPKN
Climate & Development
Knowledge Network

