



BỘ NÔNG NGHIỆP VÀ MÔI TRƯỜNG
CỤC QUẢN LÝ ĐỀ ĐIỀU VÀ PHÒNG, CHỐNG THIÊN TAI



From
the People of Japan



NẮNG NÓNG

NHỮNG BIỆN PHÁP CẦN LÀM KHI CÓ NẮNG NÓNG

Nắng nóng là gì?

Nắng nóng là hiện tượng thời tiết khi nhiệt độ không khí cao nhất trong ngày vượt quá 35°C.

- Từ 35°C - 37°C: Nắng nóng
- Từ 37°C - 39°C: Nắng nóng gay gắt
- Trên 39°C: Nắng nóng đặc biệt gay gắt



Tác hại

Có thể gây say nắng, sốc nhiệt, mất nước, kiệt sức, đột quỵ, đặc biệt nguy hiểm với người già, trẻ em, phụ nữ mang thai và người có bệnh nền.



Làm giảm năng suất lao động, hư hại mùa màng, giảm sản lượng chăn nuôi và thủy sản, tăng nguy cơ cháy rừng.



Có thể gây quá tải điện, tăng nguy cơ cháy nổ, ảnh hưởng giao thông.



Làm khô hạn đất đai, thiếu nước sinh hoạt và sản xuất.



NẮNG NÓNG - NHỮNG BIỆN PHÁP CẦN LÀM KHI CÓ NẮNG NÓNG

Biện pháp phòng, chống nắng nóng

Chủ động theo dõi thông tin dự báo, cảnh báo từ các nguồn thông tin chính thống.



Mặc quần áo thoáng mát, thấm mồ hôi.



Uống nhiều nước, ăn nhiều hoa quả, rau xanh, bổ sung muối và khoáng chất.

Hạn chế tiếp xúc với nắng nóng, đặc biệt là thời điểm giữa trưa; nếu ra ngoài, nên mặc đồ bảo hộ, đội mũ nón.



Ăn chín, uống sôi, đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm, phòng tránh dịch bệnh.

Không di chuyển đột ngột từ ngoài trời nắng vào phòng lạnh và ngược lại; nên bật điều hòa ở nhiệt độ từ 25°C trở lên.



Giữ nhà cửa thoáng mát, sử dụng điện hợp lý.

Bố trí thời gian làm việc và nghỉ ngơi hợp lý trong môi trường nhiệt độ cao.



Lưu ý quản lý, theo dõi trẻ em, để phòng đuối nước.



THAM KHẢO
MINI APP PCTT
TRÊN ZALO



TỔNG ĐÀI TIẾP NHẬN
THÔNG TIN SỰ CỐ,
THIÊN TAI, THÂM HỌA

THAM KHẢO TÀI LIỆU TRUYỀN THÔNG
PHÒNG, CHỐNG THIÊN TAI

<http://phongchongthientai.mard.gov.vn>





BỘ NÔNG NGHIỆP VÀ MÔI TRƯỜNG
CỤC QUẢN LÝ ĐỀ ĐIỀU VÀ PHÒNG, CHỐNG THIÊN TÀI



From
the People of Japan

BẢO VỆ CÂY TRỒNG, VẬT NUÔI KHI CÓ NẮNG NÓNG



TÁC HẠI CỦA NẮNG NÓNG ĐỐI VỚI SẢN XUẤT NÔNG NGHIỆP

Cây trồng: héo, rụng lá, giảm năng suất; dễ bị sâu bệnh.

Vật nuôi: giảm ăn, chậm lớn, giảm sức đề kháng; dễ mắc bệnh, thậm chí chết hàng loạt.

Thủy sản: nước ao hồ nóng lên, thiếu oxy, dễ phát sinh dịch bệnh.

BIỆN PHÁP BẢO VỆ CÂY TRỒNG

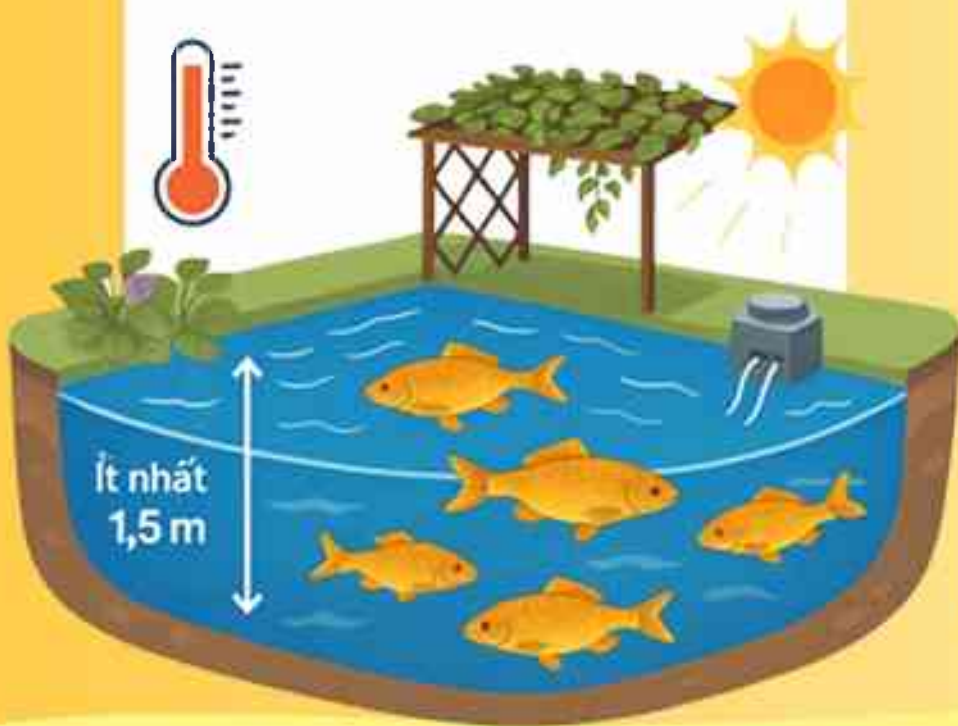
- ▶ Tưới nước hợp lý (sáng sớm, chiều mát), tránh tưới giữa trưa.
- ▶ Che phủ gốc bằng rơm rạ, nilon, cỏ khô để giữ ẩm.
- ▶ Trồng cây chắn gió, che nắng bằng lưới, mái tạm.
- ▶ Bón bổ sung phân hữu cơ, kali, phân bón lá giúp cây tăng sức chống chịu.



BẢO VỆ CÂY TRỒNG, VẬT NUÔI KHI CÓ NẮNG NÓNG

BIỆN PHÁP BẢO VỆ THỦY SẢN

- ▶ Tăng cường thay nước, duy trì mực nước ổn định.
- ▶ Sục khí, tạo oxy cho ao nuôi.
- ▶ Cho ăn vào sáng sớm hoặc chiều mát, giảm lượng thức ăn khi nhiệt độ cao.
- ▶ Theo dõi chất lượng nước, định kỳ xử lý môi trường ao.



BIỆN PHÁP BẢO VỆ VẬT NUÔI

- ▶ Che chắn chuồng trại, lợp mái mát, có hệ thống làm mát, phun sương.
- ▶ Đảm bảo đủ nước uống sạch, mát cho vật nuôi.
- ▶ Bổ sung vitamin, chất điện giải, khoáng chất vào khẩu phần ăn.
- ▶ Giảm mật độ nuôi nhốt; vệ sinh chuồng trại thường xuyên, tránh ẩm ướt và ô nhiễm.
- ▶ Không thả rông gia súc ngoài trời khi nắng nóng gay gắt.



THAM KHẢO
MINI APP PCTT
TRÊN ZALO



TỔNG ĐÀI TIẾP NHẬN
THÔNG TIN SỰ CỐ,
THIÊN TAI, THÂM HỌA

THAM KHẢO TÀI LIỆU TRUYỀN THÔNG
PHÒNG, CHỐNG THIÊN TAI

<http://phongchongthientai.mard.gov.vn>





BỘ NÔNG NGHIỆP VÀ MÔI TRƯỜNG
CỤC QUẢN LÝ ĐỀ ĐIỀU VÀ PHÒNG, CHỐNG THIÊN TAI



From
the People of Japan

KHUYẾN CÁO PHÒNG BỆNH KHI CÓ NẮNG NÓNG



Nguy cơ đối với sức khỏe

- ▶ Say nắng, sốc nhiệt, mất nước, kiệt sức.
- ▶ Tăng nguy cơ đột quỵ, đặc biệt ở người già, trẻ nhỏ, phụ nữ mang thai, người có bệnh nền.
- ▶ Dễ mắc các bệnh về hô hấp, tim mạch, tiêu hóa, da liễu.



KHUYẾN CÁO PHÒNG BỆNH KHI CỐ NẮNG NÓNG

Biện pháp phòng bệnh



Hạn chế tiếp xúc với nắng nóng, đặc biệt là thời điểm giữa trưa.



Uống nhiều nước; hạn chế uống rượu, bia, nước ngọt có gas.



Ăn chín, uống sôi; đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm; ăn nhiều hoa quả, rau xanh; bổ sung muối và khoáng chất...



Rửa tay bằng xà phòng trước khi ăn, chế biến thực phẩm và sau khi đi vệ sinh.



Mặc quần áo thoáng mát, thấm mồ hôi; đội mũ rộng vành, dùng ô, khẩu trang khi ra ngoài.



Giữ nhà cửa sạch sẽ, thoáng mát, che chắn chống nắng.



Không di chuyển đột ngột từ ngoài trời nắng vào phòng lạnh và ngược lại; nên bật điều hòa ở nhiệt độ từ 25°C trở lên.



Quan tâm, hỗ trợ người già, trẻ em, người bệnh trong điều kiện nắng nóng.



Lưu ý

Khi cơ thể có biểu hiện say nắng như chóng mặt, đau đầu, mệt mỏi, buồn nôn, ngất xỉu, cần làm những việc sau:

- * Đưa vào chỗ thoáng mát, nới lỏng quần áo.
- * Cho uống nước mát, oresol.
- * Đưa đến cơ sở y tế gần nhất nếu cần thiết.



THAM KHẢO
MINI APP PCTT
TRÊN ZALO



TỔNG ĐÀI TIẾP NHẬN
THÔNG TIN SỰ CỐ,
THIÊN TAI, THÂM HỌA

THAM KHẢO TÀI LIỆU TRUYỀN THÔNG
PHÒNG, CHỐNG THIÊN TAI

<http://phanquanghientai.mard.gov.vn>

