

**SCHEDA INFORMATIVA - ESTATE SICURA 2018- COME VINCERE IL CALDO**

Comportamenti da adottare per ridurre al minimo gli effetti delle ondate di calore sulla salute:

- **CONSULTARE IL MEDICO DI FAMIGLIA** in quanto è colui che conosce meglio le condizioni di salute, le malattie preesistenti, la quantità e il tipo dei farmaci assunti dai suoi assistiti. Poiché il caldo può potenziare l'effetto di molti farmaci per la cura dell'ipertensione e delle malattie cardiovascolari, durante la stagione estiva è opportuno effettuare più frequentemente il controllo della pressione arteriosa e richiedere il parere del medico per eventuali aggiustamenti della terapia. Nessuna iniziativa deve essere, infatti, assunta autonomamente circa l'eventuale sospensione, anche temporanea, di terapie farmacologiche già in atto.
- **IN CASO DI BISOGNO, DURANTE LE ORE NOTTURNE O NEI GIORNI FESTIVI**, ci si può rivolgere al **Servizio di Continuità Assistenziale (ex Guardia Medica)** del territorio di residenza, chiamando il Numero Verde **800.19.99.10**, negli orari sotto indicati:

<b>tutti i giorni feriali</b>	il servizio è attivo dalle ore 20 fino alle ore 8 del giorno successivo
<b>sabato, domenica e/o altre festività</b>	dalle ore 10 del sabato o della giornata prefestiva fino alle ore 8 del lunedì o del primo giorno non festivo.

- **IN CASO DI MALORE IMPROVVISO**, attivare il **Servizio di Emergenza Sanitaria**, chiamando il numero **118**.

***Che cosa fare in attesa dei soccorsi***

- mantenere la persona in un luogo fresco e ventilato,
- cercare di raffreddare velocemente il corpo ventilandolo o utilizzando acqua fresca,
- far bere molti liquidi,
- non somministrare farmaci antipiretici

Si informano, inoltre, i cittadini che:

- ♦ nel periodo 1 giugno 2018 - 15 settembre 2018 sarà attivo il "*Piano Operativo Regionale di Intervento per la Prevenzione degli effetti sulla salute delle ondate di calore*", attivato dalla Regione Lazio, con il coinvolgimento dei Medici di Medicina Generale, a tutela degli anziani che rimangono soli nel periodo estivo e degli ospiti delle Residenze Sanitarie Assistenziali (RSA). Informazioni di dettaglio sul piano, direttamente sul sito dell'Azienda all'indirizzo [www.asl.rieti.it](http://www.asl.rieti.it) all'interno della specifica sezione denominata "*Estate sicura - come vincere il caldo*";
- ♦ saranno in funzione i "*Sistemi di allarme città-specifici*" attivati dal Ministero della Salute in molte città, tra le quali Rieti, per monitorare le condizioni meteo-climatiche, con l'obiettivo specifico di aiutare i cittadini a prevenire rischi per la salute legati alle temperature torride. I bollettini giornalieri di allarme sono direttamente consultabili sul portale istituzionale del Ministero della Salute - [www.salute.gov.it/caldo](http://www.salute.gov.it/caldo) - e sul sito del Dipartimento di Epidemiologia del Servizio Sanitario Regionale del Lazio - [www.deplazio.net](http://www.deplazio.net).

13.06.2018

A.S.L. RIETI

Dott. Alessandro Nobili

1109999999800257