

Νικήστε τη ζέστη

Διασκεδαστικά γεγονότα

Σεπτέμβριος 2011

Πολλά άτομα που δεν έχουν κλιματισμό χρησιμοποιούν ανεμιστήρες για να δροσιστούν. Ωστόσο, σε ορισμένες περιπτώσεις, οι ανεμιστήρες μπορεί να σας κάνουν να αισθανθείτε περισσότερη ζέστη και να δημιουργήσουν επικίνδυνες καταστάσεις. Για να χρησιμοποιήσετε τους ανεμιστήρες με ασφάλεια, θυμηθείτε τι πρέπει και τι δεν πρέπει να κάνετε.

ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΚΑΝΕΤΕ:

- Χρησιμοποιήστε τον ανεμιστήρα μέσα ή κοντά σε ένα παράθυρο για:
 - να φέρετε πιο κρύο αέρα από έξω
 - να φυσήξετε τον ζεστό αέρα προς τα έξω
- Μετρήστε τη θερμοκρασία αέρα εντός του σπιτιού σας για να βοηθηθείτε στη σωστή χρήση του ανεμιστήρα σας.
- Χρησιμοποιήστε έναν ανεμιστήρα για να φυσήξετε τον αέρα στον εαυτό σας όταν η θερμοκρασία στον εσωτερικό χώρο είναι χαμηλότερη από 34 βαθμούς Κελσίου.
 - Μπορείτε να κρυώσετε τον αέρα τοποθετώντας ένα μπουλ με πάγο μπροστά στον ανεμιστήρα.

ΤΙ ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΚΑΝΕΤΕ:

- Μην πιστεύετε ότι οι ανεμιστήρες ανεμίζουν κρύο αέρα. Δεν κάνουν κάτι τέτοιο.
 - Οι ανεμιστήρες μεταφέρουν απλά τον αέρα γύρω γύρω. Οι ανεμιστήρες σας κρατάνε δροσερούς μεταφέροντας δροσερό αέρα από έξω, μετακινώντας τον αέρα επάνω από το δέρμα σας (εάν ο αέρας είναι δροσερός), ή βοηθώντας στην εξάτμιση του ιδρώτα σας.
- Μην χρησιμοποιείτε έναν ανεμιστήρα σε κλειστό δωμάτιο εκτός και αν γνωρίζετε ότι η θερμοκρασία σε αυτό το δωμάτιο είναι χαμηλότερη από 34 βαθμούς Κελσίου.
- Μην χρησιμοποιείτε έναν ανεμιστήρα για να φυσήξετε καυτό ή ζεστό αέρα επάνω σας (34 βαθμών Κελσίου ή υψηλότερης θερμοκρασίας). Αυτό ενδέχεται να προκαλέσει την θερμοπληξία γρηγορότερα.
 - Αυτό αποτελεί ιδιαίτερο πρόβλημα για ηλικιωμένα άτομα και άτομα που παίρνουν ορισμένα φάρμακα διότι έχει ελαττωθεί η ικανότητα που έχουν για να ιδρώνουν.
- Μην στηρίζετε μόνο στους ανεμιστήρες για να σας κρατήσουν δροσερούς.

Σημαντικά πράγματα που μπορείτε να κάνετε για να διατηρηθείτε εσείς και το σπίτι σας δροσεροί, εκτός από το να χρησιμοποιείτε έναν ανεμιστήρα:

- Κάντε κρύα ντους ή ψεκάστε τον εαυτό σας με κρύο νερό.
- Πιείτε άφθονα κρύα υγρά, ειδικά νερό, ακόμη και αν δεν διψάτε.
- Κλείστε τις κουρτίνες σας για να μπλοκάρετε τον ήλιο κατά τη διάρκεια της ημέρας.
- Ανοίξτε το παράθυρό σας για να αφήσετε το δροσερό αέρα να έρθει μέσα από έξω.
- Αποφύγετε τη χρήση του φούρνου για το μαγείρεμα φαγητών, διότι κάτι τέτοιο θα κάνει το σπίτι σας πιο ζεστό.

GREEK-BEAT THE HEAT-Fan Facts