

Υπηρεσία του Τορόντο για την Αναγγελία Υψηλών Θερμοκρασιών

Το πρόγραμμα της υπηρεσίας του Τορόντο για την αντιμετώπιση της ζέστης συντονίζει τις προσπάθειες του Δήμου του Τορόντο και των κοινοτικών υπηρεσιών για την πρόληψη ασθενειών σε περιόδους με ιδιαίτερα υψηλές θερμοκρασίες.

Όταν η ζέστη γίνεται πειστική λόγω των υψηλών θερμοκρασιών και άλλων παραγόντων, ο Ιατρικός Σύμβουλος Υγείας εκδίδει **προειδοποιητική ανακοίνωση ζέστης**, που μπορεί να αναβαθμιστεί σε **προειδοποιητική ανακοίνωση καύσωνα**.

Η **Προειδοποιητική Ανακοίνωση Ζέστης** σημαίνει ότι οι συνθήκες που προκαλούνται από μια θερμή αέρια μάζα είναι τέτοιες ώστε η πιθανότητα να σημειωθούν επιπλέον θάνατοι από αυτούς που σημειώνονται συνήθως την ίδια εποχή του χρόνου αυξάνεται κατά περισσότερο από 65 τοις εκατό.

Η **Προειδοποιητική Ανακοίνωση Καύσωνα** σημαίνει ότι οι συνθήκες που προκαλούνται από μια θερμή αέρια μάζα είναι τέτοιες ώστε η πιθανότητα να σημειωθούν επιπλέον θάνατοι από αυτούς που σημειώνονται συνήθως την ίδια εποχή του χρόνου αυξάνεται κατά περισσότερο από 90 τοις εκατό.

Αν αισθανθείτε αδιαθεσία, τάση λιποθυμίας, δύσπνοια ή απώλεια προσανατολισμού, επισκεφθείτε αμέσως το γιατρό σας ή το πλησιέστερο νοσοκομείο.

Σε επείγουσες περιπτώσεις καλέστε το 911.

Δηλώστε στα Αγγλικά τη γλώσσα που μιλάτε. Περιμένετε στη γραμμή σας για να συνδεθείτε με μεταφραστή.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τις επιπτώσεις των υψηλών θερμοκρασιών στην υγεία, καλέστε τη **Γραμμή Πληροφόρησης του Καναδικού Ερυθρού Σταυρού για την Αντιμετώπιση της Ζέστης 416-480-2615**. Οι υπηρεσίες της γραμμής παρέχονται μόνο στα Αγγλικά.

Συμβουλές για την Αντιμετώπιση της Ζέστης το Καλοκαίρι

Ζέστη και Λήψη Φαρμάκων

Απολαύστε το καλοκαίρι με ασφάλεια

Greek – Beat the Heat – Medications and the Heat

416.338.7600
toronto.ca/health

TORONTO
Public Health

416.338.7600
toronto.ca/health

TORONTO
Public Health

Μερικά φάρμακα εμποδίζουν το σώμα σας να ρυθμίσει σωστά τη θερμοκρασία του.

Αν λαμβάνετε κάποιο από τα φάρμακα που περιλαμβάνονται στον κατάλογο που ακολουθεί διατρέχετε υψηλότερο κίνδυνο να προσβληθείτε από ασθένειες που προκαλούνται από τη ζέστη, ειδικά εάν ασκείτε πολύ ή κάνετε βαριά χειρωνακτική εργασία και δεν πίνετε αρκετό νερό. Ο κίνδυνος αυξάνεται ακόμη περισσότερο αν λαμβάνετε δύο ή περισσότερα φάρμακα.

Μερικά φάρμακα έχουν διαφορετικές εμπορικές ονομασίες. Συμβουλευτείτε το γιατρό, νοσηλεύτη ή φαρμακοποιό σας για να βεβαιωθείτε για την ταυτότητα του φαρμάκου.

Ψυχιατρικά φάρμακα όπως: ¹

- χλωροπρομαζίνη (Thorazine, Largactil)*
- θειοριδαζίνη (Mellaril)*
- περφεναζίνη (Trilafon)*
- φλουφεναζίνη (Modecate, Moditen)*
- θειοθιξίνη (Navane)*
- τριφλουπεραζίνη (Stelazine)
- προχλωπεραζίνη (Stemetil)
- χαλοπεριδόλη (Haldol)
- κλοζαπίνη (Clozaril)
- ρισπεριδόνη (Risperdal)
- λοξαπίνη (Loxapac, Loxitane)
- φλουσπιριλένη (IMAP)

- πριμοζίνη (Orap)
- ολανζαπίνη
- φλουπενθιζόλη (Fluanxol)
- ζουκλοπενθιζόλη (Clorixol)
- ρεζερπίνη (Serpasil, Serpalan)
- λίθιο (η έντονη άσκηση ή έντονη εφίδρωση σε υψηλές θερμοκρασίες μπορεί να μεταβάλει τα επίπεδα λιθίου, με αποτέλεσμα να προκληθεί υψηλή συγκέντρωση στον οργανισμό)

¹ Ο κατάλογος αυτός βασίζεται εν μέρει σε στοιχεία του Γραφείου του Διευθυντή Ιατροδικαστικής. Παρακαλούμε λάβετε υπ' όψιν ότι δεν είναι πλήρης.

*Τα φάρμακα αυτά μπορεί να αυξήσουν την πιθανότητα εγκαυμάτων στο δέρμα. Υπάρχουν επίσης πολλά άλλα φάρμακα που μπορούν να προκαλέσουν μεγαλύτερη ευαισθησία στα ηλιακά εγκαύματα.

Για να βεβαιωθείτε αν το φάρμακο που λαμβάνετε ανήκει στην κατηγορία αυτή, συμβουλευτείτε το γιατρό, νοσηλεύτη ή φαρμακοποιό σας. Προσπαθήστε να μην εκτίθεστε στον ήλιο. Αν αυτό δεν είναι εφικτό, φροντίστε να φοράτε αντηλιακό, καπέλο και ρούχα με μακριά μανίκια.

Φάρμακα κατά της νόσου του Πάρκινσον όπως:

- βενζτροπίνη (Cogentin)
- βιπεριδίνη (Akineton)
- εθειοπροπαζίνη (Parsitan, Parisdol)
- προκυκλιδίνη (Kemadrin, Procyclid)

- τριεξφαινουδில் (Artane, Trihexane)
- λεβοντόπα (Dopar)
- σελεγιλίνη (Eldepryl)
- αμανταδίνη (Symmetrel, Symadine)

Αντικαταθλιπτικά φάρμακα όπως:

- αμιτριπυλίνη
- doxepine (Sinequan)
- κλομιπραμίνη (Anafranil)
- προτριπυλίνη (Vivactil)
- ιμιπραμίνη (Tofranil)
- δεσιπραμίνη (Norpramin)
- νορτριπυλίνη (Pamelor)

Αν λαμβάνετε παράλληλα και κάποιο από

τα ακόλουθα φάρμακα, διατρέχετε ακόμη υψηλότερο κίνδυνο να προσβληθείτε από ασθένειες που προκαλούνται από τη ζέστη:

- ορισμένα αντισταμινικά (π.χ. Benadryl, Chlortripolon)
 - υπνωτικά χάπια χωρίς ιατρική συνταγή (π.χ. Nytol)
 - αντιδιαρροϊκά χάπια (π.χ. Lomotil)
- Αν λαμβάνετε κάποιο φάρμακο σε τακτική βάση, συμβουλευτείτε το γιατρό, νοσηλεύτη ή φαρμακοποιό σας αν πρέπει να είστε περισσότερο προσεκτικοί σε περιόδους με υψηλές θερμοκρασίες.