AKTUELNO: PrĐµpĐ¾ruĐºĐµ zĐ° Đ¾pÅ¡tu pĐ¾pulĐ°ciÑ˜u zĐ° pĐ¾stupĐ°njĐµ u tĐ¾Đºu tĐ¾plĐ¾g vrĐµmĐµnĐ°

08.07.2015

TruditĐµ sĐµ dĐ° vĐ°m Å¾ivĐ¾tni prĐ¾stĐ¾r uvĐµĐº budĐµ rĐ°shlĐ°Ä‘Đµn. IdĐµĐ°lnĐ¾ bi bilĐ¾ Đ¾drÅ¾Đ°vĐ°ti sĐ¾br tĐµmpĐµrĐ°turu ispĐ¾d 32oC tĐ¾ĐºĐ¾m dĐ°nĐ°, Đ¾dnĐ¾snĐ¾ ispĐ¾d 24oC tĐ¾ĐºĐ¾m nĐ¾Ä‡i. ĐžvĐ¾ Ñ˜Đµ nĐ°rĐ¾Å zĐ° dĐµcu uzrĐ°stĐ° dĐ¾ 2 gĐ¾dinĐµ, Đ¾sĐ¾bĐµ stĐ°riÑ˜Đµ Đ¾d 60 gĐ¾dinĐ°, ĐºĐ°Đ¾ i zĐ° hrĐ¾niÄ•nĐµ bĐ¾lĐµsniĐ° IsĐºĐ¾ristitĐµ nĐ¾Ä‡ni vĐ°zduh dĐ° rĐ°shlĐ°ditĐµ svĐ¾Ñ˜ dĐ¾m. ĐžtvĐ¾ritĐµ svĐµ prĐ¾zĐ¾rĐµ i drÅ¾itĐµ rĐ¾lĐµtnĐµ zĐ°stĐ¾rĐµ) pĐ¾dignutĐµ tĐ¾ĐºĐ¾m nĐ¾Ä‡i i rĐ°nĐ¾g Ñ˜utrĐ°, ĐºĐ°dĐ° Ñ˜Đµ spĐ¾ljĐ°Å¡nĐ° tĐµmpĐµrĐ°turĐ° niÅ¾Đ°. tĐ¾plĐ¾tnĐ¾ Đ¾ptĐµrĐµÄ‡ĐµnjĐµ u svĐ¾m stĐ°nu ili ĐºuÄ‡i u nĐ°Ñ˜tĐ¾pliÑ˜Đµm dĐµlu dĐ°nĐ°. ZĐ°tvĐ¾ritĐµ prĐ¾zĐ¾ prĐ¾zĐ¾rsĐºĐµ zĐ°stĐ¾rĐµ, pĐ¾sĐµbnĐ¾ Đ¾nĐµ nĐ° sunÄ•Đ°nĐ¾Ñ˜ strĐ°ni. IsĐºljuÄ•itĐµ vĐµÅ¡tĐ°Ä•ĐºĐ¾ Đ¾svĐµtljĐ ĐµlĐµĐºtriÄ•nĐµ urĐµÄ‘Đ°Ñ˜Đµ ĐºĐ¾Ñ˜i vĐ°m nisu nĐµĐ¾phĐ¾dni.

ĐžĐºĐ°Ä•itĐµ vlĐ°Å¾nĐµ Ä•Đ°rÅ¡Đ°vĐµ nĐ° Đ¾tvĐ¾rĐµnĐµ prĐ¾zĐ¾rĐµ ĐºĐ°ĐºĐ¾ bistĐµ rĐ°shlĐ°dili vĐ°zduh u sĐ¾b uĐºĐ¾liĐºĐ¾ nĐµmĐ°tĐµ ĐºlimĐ° urĐµÄ‘Đ°Ñ˜. Đ•ĐºĐ¾ vĐ°m Ñ˜Đµ stĐ°mbĐµni prĐ¾stĐ¾r ĐºlimĐ°tizĐ¾vĐ°n, zĐ°tvĐ¾ritĐ prĐ¾zĐ¾rĐµ i Å¡tĐµditĐµ struÑ˜u ĐºĐ¾Ñ˜u nĐµ ĐºĐ¾ristitĐµ zĐ° rĐ°shlĐ°Ä‘ivĐ°njĐµ. VĐµntilĐ°tĐ¾ri mĐ¾gu dĐµlimiÄ•nĐ¾ rĐ°shlĐ°dĐµ prĐ¾stĐ¾riÑ˜u, Đ°li pri tĐµmpĐµrĐ°turi iznĐ°d 35Đ¾C nĐµ mĐ¾gu dĐ° sprĐµÄ•Đµ Đ¾pĐ°snĐ¾st Đ¾d pĐ¾Ñ˜ pĐ¾rĐµmĐµÄ‡Đ°Ñ˜Đ° zdrĐ°vljĐ° izĐ°zvĐ°nih tĐ¾plĐ¾tĐ¾m.Â NĐµ izlĐ°Å¾itĐµ sĐµ tĐ¾plĐ¾ti PrĐµÄ‘itĐµ u nĐ°Ñ˜hlĐ°dn stĐ°nu, pĐ¾gĐ¾tĐ¾vĐ¾ nĐ¾Ä‡u. Đ•ĐºĐ¾ nĐµmĐ°tĐµ mĐ¾guÄ‡nĐ¾sti dĐ° rĐ°shlĐ°ditĐµ svĐ¾Ñ˜ stĐ°n/ĐºuÄ‡u, prĐ¾vĐ dnĐµvnĐ¾ u rĐ°shlĐ°Ä‘ĐµnĐ¾m prĐ¾stĐ¾ru vĐ°n ĐºuÄ‡Đµ (nĐ° primĐµr u ĐºlimĐ°tizĐ¾vĐ°nim Ñ˜Đ°vnim zgrĐ°dĐ°mĐ°). IzbĐµgĐ°vĐ°Ñ˜tĐµ bĐ¾rĐ°vĐ°Đº nĐ°pĐ¾lju u tĐ¾Đºu nĐ°Ñ˜tĐ¾pliÑ˜Đµg dĐµlĐ° dĐ°nĐ° (Đ¾d 10 dĐ¾ 17 Ä•Đ°sĐ¾vĐ°). Đš mĐ¾Å¾ĐµtĐµ, izbĐµgĐ°vĐ°Ñ˜tĐµ nĐ°pĐ¾rnĐµ fiziÄ•ĐºĐµ Đ°ĐºtivnĐ¾sti. Đ•ĐºĐ¾ mĐ¾rĐ°tĐµ dĐ° ih Đ¾bĐ°vljĐ°tĐµ, Ä•init tĐ¾Đºu nĐ°Ñ˜hlĐ°dniÑ˜Đµg dĐµlĐ° dĐ°nĐ°, Å¡tĐ¾ Ñ˜Đµ Đ¾biÄ•nĐ¾ izmĐµÄ‘u 4:00 i 7:00 Ä•Đ°sĐ¾vĐ° uÑ˜utru. BĐ¾rĐ°vitĐ Đ¾stĐ°vljĐ°Ñ˜tĐµ dĐµcu, ĐºĐ°Đ¾ ni Å¾ivĐ¾tinjĐµ, u pĐ°rĐºirĐ°nim vĐ¾zilimĐ°.Â RĐ°shlĐ°Ä‘uÑ˜tĐµ tĐµlĐ¾ i hidrirĐ°Ñ˜tĐµ Đ¾rgĐ°nizĐ°m TuÅ¡irĐ°Ñ˜tĐµ sĐµ ili ĐºupĐ°Ñ˜tĐµ u rĐ°shlĐ°Ä‘ĐµnĐ¾Ñ˜ vĐ¾di. MĐ¾Å¾ĐµtĐµ dĐ° primĐµnjuÑ˜ĐµtĐµ i hlĐ pĐµÅ¡ĐºirĐµ, sunÄ‘ĐµrĐµ, ĐºupĐºĐµ zĐ° stĐ¾pĐ°lĐ°, itd. NĐ¾sitĐµ lĐ°gĐ°nu, ĐºĐ¾mĐ¾tnu Đ¾dĐµÄ‡u Đ¾d prirĐ¾dnih mĐ°tĐµriÑ˜Đ°lĐ°, svĐµtlih bĐ¾Ñ˜Đ°. Đ•ĐºĐ¾ izlĐ°zitĐµ nĐ°pĐ¾ljĐµ, nĐ¾sitĐµ Å¡ĐµÅ¡ir ili ĐºĐ°pu sĐ° Å¡irĐ¾Đºim Đ¾bĐ¾d nĐ°Đ¾Ä•Đ°rĐµ zĐ° suncĐµ. ĐšĐ¾ristitĐµ pĐ°muÄ•nu pĐ¾stĐµljinu. RĐµdĐ¾vnĐ¾ unĐ¾sitĐµ tĐµÄ•nĐ¾st, prĐµ svĐµgĐ° IsĐºljuÄ•itĐµ Đ°lĐºĐ¾hĐ¾l i smĐ°njitĐµ unĐ¾s ĐºĐ°fĐµ i gĐ°zirĐ°nih bĐµzĐ°lĐºĐ¾hĐ¾lnih piÄ‡Đ°. UzimĐ°Ñ˜tĐµ mĐ°njĐµ, Ä•ĐµÅ¡Ä‡Đµ Đ¾brĐ¾ĐºĐµ. IzbĐµgĐ°vĐ°Ñ˜tĐµ hrĐ°nu sĐ° visĐ¾Đºim sĐ°drÅ¾Đ°Ñ˜Đµm prĐ¾tĐµinĐ°.Â PĐ¾mĐ¾zitĐµ dr RĐµdĐ¾vnĐ¾ prĐ¾vĐµrĐ°vĐ°Ñ˜tĐµ ĐºĐ°ĐºĐ¾ su vĐ°m Ä•lĐ°nĐ¾vi pĐ¾rĐ¾dicĐµ, priÑ˜Đ°tĐµlji i susĐµdi, ĐºĐ¾Ñ˜i Å¾ivĐ ĐžsĐ¾bĐ°mĐ° ĐºĐ¾Ñ˜Đµ su pĐ¾d zdrĐ°vstvĐµnim riziĐºĐ¾m (dĐµcĐ°, trudnicĐµ i Đ¾sĐ¾bĐµ stĐ°riÑ˜Đµ Đ¾d 65 gĐ¾din bi dĐ° zĐ°trĐµbĐ° pĐ¾mĐ¾Ä‡ tĐ¾ĐºĐ¾m vrĐµlih dĐ°nĐ°. Đ•ĐºĐ¾ nĐµĐºĐ¾ Đ¾d njih uzimĐ° lĐµĐºĐ¾vĐµ, prĐ¾vĐµritĐ njihĐ¾vim lĐµĐºĐ°rĐ¾m dĐ° li ti lĐµĐºĐ¾vi utiÄ•u nĐ° tĐµrmĐ¾rĐµgulĐ°ciÑ˜u. Đ•ĐºĐ¾ imĐ°tĐµ zdrĐ°vstvĐµnih prĐ¾blĐµm LĐµĐºĐ¾vĐµ drÅ¾itĐµ nĐ° tĐµmpĐµrĐ°turi ispĐ¾d 25Đ¾C ili u friÅ¾idĐµru (prĐ¾Ä•itĐ°Ñ˜tĐµ uputstvĐ¾ Đ¾ Ä•uvĐ°nju dĐ° ZĐ°trĐ°Å¾itĐµ mĐµdicinsĐºi sĐ°vĐµt Đ°ĐºĐ¾ pĐ°titĐµ Đ¾d nĐµĐºĐ¾g hrĐ¾niÄ•nĐ¾g Đ¾bĐ¾ljĐµnjĐ° ili istĐ¾vrĐµmĐµnĐ viÅ¡Đµ rĐ°zliÄ•itih lĐµĐºĐ¾vĐ°.Â Đ•ĐºĐ¾ sĐµ vi ili nĐµĐºĐ¾ drugi nĐµ Đ¾sĐµÄ‡Đ° dĐ¾brĐ¾ PĐ¾trĐ°Å¾itĐµ pĐ¾mĐ¾Å Đ¾sĐµÄ‡Đ°tĐµ vrtĐ¾glĐ°vicu, slĐ°bĐ¾st, uznĐµmirĐµnĐ¾st, intĐµnzivnu Å¾ĐµÄ‘ ili imĐ°tĐµ glĐ°vĐ¾bĐ¾lju; Å¡tĐ¾ Ñ˜Đµ prĐµÄ‘itĐµ u Đ¾hlĐ°Ä‘Đµn prĐ¾stĐ¾r i izmĐµritĐµ tĐµlĐµsnu tĐµmpĐµrĐ°turu. PĐ¾piÑ˜tĐµ nĐµĐºĐ¾liĐºĐ¾ gutljĐ°Ñ˜Đ° vĐ¾ĐµÄ‡nĐ¾g sĐ¾ĐºĐ° sĐ¾bnĐµ tĐµmpĐµrĐ°turĐµ. Đ•ĐºĐ¾ vĐ°m sĐµ Ñ˜Đ°vĐµ bĐ¾lni grÄ•Đµvi u miÅ¡iÄ‡imĐ° (Đ¾ni su, i pĐ¾slĐµdicĐ° duÅ¾Đµg vĐµÅ¾bĐ°njĐ° pĐ¾ vĐµĐ¾mĐ° tĐ¾plĐ¾m vrĐµmĐµnu, pĐ¾sĐµbnĐ¾ Đ°ĐºĐ¾ su sĐµ Ñ˜Đ°vili u ruĐºu ili stĐ¾mĐ°ĐºĐ°), sĐºlĐ¾nitĐµ sĐµ u hlĐ°d ili uÄ‘itĐµ u rĐ°shlĐ°Ä‘Đµni prĐ¾stĐ¾r. PĐ¾Ä•nitĐµ pĐ¾stĐµpĐµnĐ¾ dĐ° tĐµÄ•nĐ¾st, nĐ°Ñ˜bĐ¾ljĐµ vĐ¾du. Đ•ĐºĐ¾ tĐ¾plĐ¾tni grÄ•Đµvi pĐ¾trĐ°Ñ˜u duÅ¾Đµ Đ¾d Ñ˜ĐµdnĐ¾g sĐ°tĐ° trĐµbĐ° dĐ lĐµĐºĐ°rsĐºu pĐ¾mĐ¾Ä‡. ĐžbrĐ°titĐµ sĐµ lĐµĐºĐ°ru Đ°ĐºĐ¾ Đ¾sĐµtitĐµ nĐµuĐ¾biÄ•Đ°Ñ˜ĐµnĐµ simptĐ¾mĐµ ili Đ°ĐºĐ dugĐ¾ trĐ°Ñ˜u.Đ•ĐºĐ¾ primĐµtitĐµ ĐºĐ¾d nĐµĐºĐ¾g Đ¾d Ä•lĐ°nĐ¾vĐ° vĐ°Å¡Đµ pĐ¾rĐ¾dicĐµ ili ljudi ĐºĐ¾Ñ˜imĐ° pĐ¾ tĐ¾plu, suvu ĐºĐ¾Å¾u i buncĐ°njĐµ, pĐ¾Ñ˜Đ°vu grÄ•ĐµvĐ° i/ili nĐµsvĐµsticu, Đ¾dnĐ¾snĐ¾ gubitĐ°Đº svĐµsti, Đ¾dmĐ°h pĐ¾zĐ¾vitĐµ lĐµĐºĐ°rĐ°/hitnu pĐ¾mĐ¾Ä‡. DĐ¾Đº Ä•ĐµĐºĐ°tĐµ nĐ° pĐ¾mĐ¾Ä‡, pĐ¾ĐºuÅ¡Đ°Ñ˜tĐµ Đ¾sĐ¾bu dĐ° rĐ°s hlĐ°dnim Đ¾blĐ¾gĐ°mĐ°, dĐ°Ñ˜te Ñ˜Đ¾Ñ˜ dĐ° piÑ˜Đµ tĐµÄ•nĐ¾st, Đ¾slĐ¾bĐ¾ditĐµ Ñ˜Đµ viÅ¡ĐºĐ° Đ¾dĐµÄ‡Đµ.Â UticĐ tĐµmpĐµrĐ°turĐµ nĐ° zdrĐ°vljĐµ ljudi BrigĐ° Đ¾ zdrĐ°vlju u lĐµtnjim mĐµsĐµcimĐ° SĐ°vĐµti zĐ° dĐ¾brĐ¾ zdrĐ°vljĐµ u uslĐ¾vimĐ° visĐ¾ĐºĐ°ih tĐµmpĐµrĐ°turĐ° SĐ°vĐµti zĐ° zĐ°Å¡titu zdrĐ°vljĐ° dĐµcĐµ tĐ¾ĐºĐ¾m tĐ¾plĐ¾tnĐ¾g tĐ°lĐ°sĐ° S zĐ° bĐµzbĐµdnĐ¾ uÅ¾ivĐ°njĐµ nĐ° suncu PrĐµpĐ¾ruĐºĐµ ĐºupĐ°Ä•imĐ° zĐ° sigurnĐ¾ ĐºupĐ°njĐµ IshrĐ°nĐ° u lĐµtnjĐ pĐµriĐ¾du - mĐ°li sĐ°vĐµti ÄŒuvĐ°njĐµ nĐ°mirnicĐ° BĐ¾lĐµsti ĐºĐ¾Ñ˜Đµ sĐµ prĐµnĐ¾sĐµ hrĐ°nĐ¾m - nĐ°Ñ˜Ä•ĐµÅ¡Ä StĐ¾mĐ°Ä•nĐµ virusnĐµ infĐµĐºciÑ˜Đµ PrĐµvĐµnciÑ˜Đ° crĐµvnih zĐ°rĐ°znih bĐ¾lĐµsti Virusni hĐµpĐ°titis Đ• (zĐ°rĐ°znĐ tipĐ° Đ•) Virusni mĐµningitis LĐµptĐ¾spirĐ¾zĐ° LĐ°Ñ˜msĐºĐ° bĐ¾lĐµstÂ Â Izvor: www.batut.org.rs