

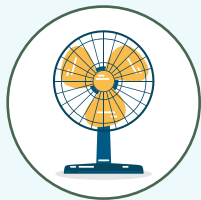


# 与您的医生一起制定高温应对方案

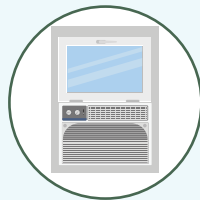
## 1 保持凉爽



待在阴凉处



使用风扇



使用空调



有关更多信息，请查看  
CDC 高温风险面板。

## 2 保证水分摄入



## 3 了解症状

异常大量出汗



气短



头晕

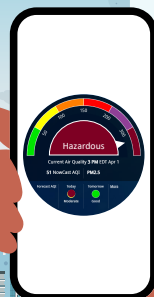
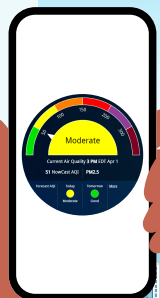


其他体征可能包括头痛、疲倦、无力和恶心。

## 4 查看空气质量

天气晴朗

重度污染



## 5 制定用药计划



制定计划



存放在阴凉处



停电准备