

Uwaga na upały! Jak uchronić organizm przed żarem słonecznym i udarem

W dzisiejszej audycji dowiemy się jak chronić się przed udarem słonecznym i jak radzić sobie gdy on wystąpi. Chcesz czuć się bezpiecznie latem? Nasza ekspertka Małgorzata Biłska, pracująca w Szpitalu w Świebodzicach – służy radą!

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/07/Jak-uchronic-siebie-przed-zarem-slonecznym-GOTOWE.mp3>

Jak odróżnić wyczerpanie cieplne od udaru słonecznego?
Pierwsza pomoc w trakcie upału:

<https://www.gov.pl/web/psse-krakow/wyczerpanie-cieplne-a-udar-sloneczny>

Ilustracja: GIS