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 Bilska, 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