

У жителей регионов, которых накрыл дым и смог из-за лесных пожаров в Рязанской области, могут наблюдаться повышение артериального давления, головная боль, головокружения, сообщили медики, курирующие блок медицинского страхования в компании «Согласие».

На ухудшение самочувствия влияет, прежде всего, уровень концентрации вредных веществ в воздухе, а также жаркая погода: сочетание этих двух факторов негативно сказывается на состоянии людей, отмечают специалисты.

«При повышенной задымленности нередки не только обращения из-за отравления продуктами горения, но и случаи обострения хронических сердечно-сосудистых и легочных заболеваний. Наибольший смог возникает, как правило, в ранние утренние часы, поэтому в это время особенно нежелательно долгое время находиться на открытом воздухе. Стоит воздержаться от пробежек, прогулок, пить больше воды, сократить курение и физическую активность и носить увлажненные защитные маски на улице», – советуют специалисты.

Кроме того, эксперты напомнили о необходимости при ухудшении состояния не медлить с обращением за медицинской помощью, а также следовать инструкциям местных властей и не игнорировать указания к эвакуации.

Википедия страхования