



First Aid for Heat-Induced Illnesses

Extreme heat brings with it the possibility of heat-induced illnesses. The following table lists these illnesses, their symptoms, and the first aid treatment.

Condition	Symptoms	First Aid
Sunburn	Skin redness and pain, possible swelling, blisters, fever, headaches	<ul style="list-style-type: none"> • Take a shower using soap to remove oils that may block pores, preventing the body from cooling naturally. • Apply dry, sterile dressings to any blisters, and get medical attention.
Heat Cramps	Painful spasms, usually in leg and abdominal muscles; heavy sweating	<ul style="list-style-type: none"> • Get the victim to a cooler location. • Lightly stretch and gently massage affected muscles to relieve spasms. • Give sips of up to a half glass of cool water every 15 minutes. (Do not give liquids with caffeine or alcohol.) • Discontinue liquids, if victim is nauseated.
Heat Exhaustion	Heavy sweating but skin may be cool, pale, or flushed. Weak pulse. Normal body temperature is possible, but temperature will likely rise. Fainting or dizziness, nausea, vomiting, exhaustion, and headaches are possible.	<ul style="list-style-type: none"> • Get victim to lie down in a cool place. • Loosen or remove clothing. • Apply cool, wet clothes. • Fan or move victim to air-conditioned place. • Give sips of water if victim is conscious. • Be sure water is consumed slowly. • Give half glass of cool water every 15 minutes. • Discontinue water if victim is nauseated. • Seek immediate medical attention if vomiting occurs.
Heat Stroke (a severe medical emergency)	High body temperature (105+); hot, red, dry skin; rapid, weak pulse; and rapid shallow breathing. Victim will probably not sweat unless victim was sweating from recent strenuous activity. Possible unconsciousness.	<ul style="list-style-type: none"> • Call 9-1-1 or emergency medical services, or get the victim to a hospital immediately. Delay can be fatal. • Move victim to a cooler environment. • Removing clothing • Try a cool bath, sponging, or wet sheet to reduce body temperature. • Watch for breathing problems. • Use extreme caution. • Use fans and air conditioners.

Information provided by FEMA 500 C Street SW, Washington, D.C. 20472 Disaster Assistance: (800) 621-FEMA, TTY (800) 462-7585

**For additional information call
The City of East Point Fire Department
404 559-6401**



The City of
East Point
Georgia



Primeros auxilios para las enfermedades Calor-Inducidas

El calor extremo trae con él la posibilidad de enfermedades provocadas por el calor. La tabla siguiente enumera estas enfermedades, sus síntomas, y el tratamiento de los primeros auxilios.

Condición	Síntomas	Primeros auxilios
Quemadura del sol	Piel roja y dolor, hinchazón posible, ampollas, fiebre, dolores de cabeza	<ul style="list-style-type: none"> • Tome una ducha usando el jabón para quitar los aceites que pueden bloquear poros, evitando que el cuerpo se refresque naturalmente. • Aplique las preparaciones secas, estériles a cualquier ampolla, y consiga la atención médica.
Calambres del calor	Espasmos dolorosos, generalmente en pierna y músculos abdominales; el sudar pesado	<ul style="list-style-type: none"> • Consiga a la víctima una localización más fresca. • Estire ligeramente y dé masajes suavemente a los músculos afectados para relevar espasmos. • Dé tragos de agua fresca cada 15 minutos. (no dé los líquidos con cafeína o alcohol.) • Pare los líquidos si a la víctima le da náusea.
Agotamiento De Calor	El sudar pesado pero la piel puede ser fresca, pálidos, o limpió con un chorro de agua. Pulso débil. Un normal temperatura del cuerpo es posible, pero la temperatura se levantará probablemente. El desmayarse o los vértigos, la náusea, el vomito, el agotamiento, y los dolores de cabeza son posibles.	<ul style="list-style-type: none"> • Consiga a víctima acostarse en un lugar fresco. • Afloje o quite la ropa. • Aplique las ropas frescas, mojadas. • Aviente o mueva a víctima al lugar con aire acondicionado. • Dé los sips del agua si la víctima es consciente. • Sea seguro que el agua está consumida lentamente. • Dé a medio cristal de agua fresca cada 15 minutos. • Pare los líquidos si a la víctima le da náusea • Busca atención médica inmediata si ocurre el vomito.
Movimiento de calor (una emergencia médica severa)	Alta temperatura del cuerpo (105+); piel seca, caliente, roja,; pulso rápido, débil; y respiración baja rápida. La víctima no sudará probablemente a menos que la víctima sudara de actividad vigorosa reciente. Inconsciencia posible.	<ul style="list-style-type: none"> • Llama 9-1-1 o los servicios médicos de la emergencia, o lleva víctima a un hospital inmediatamente. Retrasa puede ser fatal. • Mueva a víctima a un ambiente más fresco. • Quitar la ropa • Intente un baño fresco, un lavado con esponja, o una hoja mojada para reducir temperatura del cuerpo. • Reloj para los problemas de respiración. • Tenga mucho cuidado. • Utilice los ventiladores y los acondicionadores de aire.

La información proporcionó por el interruptor de la calle de FEMA 500 C, Washington, ayuda del desastre de dc 20472: (800) 621-FEMA, EQUIPO TELEESCRITOR (800) 462-7585

Para la llamada adicional de la información

La ciudad del cuerpo de bomberos
404 559-6401 del punto del este