



ROMÂNIA
MINISTERUL SĂNĂTĂȚII
DIRECȚIA DE SĂNĂTATE PUBLICĂ VASLUI
Strada Republicii, Bl 367, sc. E & F, Vaslui
☎ Telefon 0235312455; 0371332599 ☎ Fax 0235317351
e-mail: secretariat@dspvs.ro;
Operator de date personale înregistrat la ANSPDCP cu nr. 14119

29.06.2017

COMUNICAT DE PRESĂ

Recomandări pentru populație în perioada de caniculă

Pentru a reduce riscurile medicale cauzate de temperaturile foarte ridicate, Direcția de Sănătate Publică Vaslui recomandă populației să țină cont de sfaturile medicilor și să evite, pe cât posibil, expunerea prelungită la soare între orele 11 și 18.

În perioadele de caniculă este recomandat consumul zilnic de lichide (între 1,5 – 2 litri de lichide), fără a aștepta să apară senzația de sete. Este necesar un pahar de apă (sau echivalentul acestuia) la fiecare 15 – 20 de minute.

Medicii ne recomandă să consumăm în fiecare zi cât mai multe fructe și legume proaspete deoarece acestea conțin o mare cantitate de apă. O doză de iaurt produce aceeași hidratare ca și un pahar de apă.

În această perioadă, medicii recomandă consumul alimentelor proaspete din magazinele care dispun de instalații frigorifice funcționale de pastrare a alimentelor. Se va evita consumul alimentelor ușor perisabile.

Nu trebuie consumat alcool deoarece acesta favorizează deshidratarea și diminuează capacitatea de luptă a organismului împotriva căldurii. Este obligatorie evitarea băuturilor cu conținut ridicat de cafeină sau de zahăr (sucuri racoritoare carbogazoase) deoarece acestea sunt diuretice.

Aerul condiționat trebuie reglat astfel încât temperatura să fie cu 5 grade mai mică decât temperatura ambientală.

Dacă este absolut necesar să ne expunem la soare între orele amiezii trebuie să folosim o ținută adecvată: pălării de soare, haine lejere și ample, din fibre naturale, de culori deschise.

Persoanele care suferă de anumite afecțiuni își vor continua tratamentul conform indicațiilor medicului. Este foarte util ca în perioada de caniculă, persoanele cu afecțiuni cronice, cardio-vasculare, hepatice, renale, pulmonare, de circulație sau cu hipertensiune să consulte medicul curant în vederea adaptării schemei terapeutice la condițiile existente.

Puncte de distribuire a apei potabile și puncte de prim-ajutor în județul Vaslui, amenajate în vederea reducerii riscurilor medicale cauzate de temperaturile ridicate:

Nr.crt	Localitatea	LOCAȚIA	Tipul punctului (prim ajutor/distribuție apă)	Nr.personal medical/nemedical
1.	VASLUI	Centrul de zi medico-social „Buna Vestire” - str. Dimitrie Sturza	Prim ajutor	1 asistent
2.		Centrul de îngrijire la domiciliu persoane vârstnice	Prim ajutor	3 asistenți
3.		Centrul de zi pentru persoane vârstnice „Sfantul Nicolae” - str. Biruinței	Prim ajutor	1 asistent
4.		Farmacia „RA”- str. Nicolae Iorga, lângă Piața Centrală	Distribuie a apei potabile	2 farmaciști
5.		Farmacia „DANIELOPOLU”- str.Traian, nr. 328	Distribuie a apei potabile	2 farmaciști
6.		Farmacia „Ropharma” - str.Ștefan cel Mare, lângă Elvila	Distribuie a apei potabile	2 farmaciști
7.		Farmacia „Ropharma”- str. Hagi Chiriac, nr. 56, lângă Prefectură	Distribuie a apei potabile	2 farmaciști
8.		Farmacia „FARMAB”- str. Stefan cel Mare, nr. 413, lângă PECO MOL	Distribuie a apei potabile	2 farmaciști
9.	BÂRLAD	Cort Primărie - Piața Victoriei	Distribuie a apei potabile	2- nemedical
10.		Farmacia Sensiblu	Distribuie a apei potabile	3 farmaciști
11.		Farmacia Ropharma	Distribuie a apei potabile	3 farmaciști
12.		Farmacia Biospharm 1	Distribuie a apei potabile	3 farmaciști
13.		Farmacia Biospharm 2	Distribuie a apei potabile	3 farmaciști
14.		Farmacia Terapia	Distribuie a apei potabile	3 farmaciști
15.		Farmacia Tonic -Life Farma	Distribuie a apei potabile	2 farmaciști
16.	HUȘI	Farmacia „FARMNOVA”- str. General Teleman	Distribuie a apei potabile	1 farmacist
17.		Farmacia „FARMNOVA”- str. Calea Basarabiei	Distribuie a apei potabile	1 farmacist
18.		Farmacia „FARMNOVA”- str. 1 Decembrie	Distribuie a apei potabile	1 farmacist
19.		Farmacia „ROFARMA”- str. Bd. 1 mai	Distribuie a apei potabile	1 farmacist
20.		Farmacia „ROFARMA”- str. General Teleman	Distribuie a apei potabile	1 farmacist
21.		Farmacia „Dona”- str. G-ral Teleman	Distribuie a apei potabile	1 farmacist
22.		Farmacia „PROFARM”- str. Ștefan cel Mare	Distribuie a apei potabile	1 farmacist

23.		Farmacia „CATENA”- str. 1 Decembrie	Distribuire a apei potabile	1 farmacist
24.		Farmacia „PRIMULA FARM”- str. Florilor	Distribuire a apei potabile	1 farmacist
25.		Farmacia „CATENA”- str. Bulevardul 1 Mai	Distribuire a apei potabile	1 farmacist
26.	NEGREȘTI	Esplanada Primăriei	Distribuire a apei potabile	1 nemedical

Cu stimă,

**DIRECTOR EXECUTIV,
MIHAELA VLADA**