

Mari cegah sengatan panas saat sedang bertani!!

Kepada semua petani

Menjelang musim panas, jumlah orang yang terkena sengatan panas saat sedang bertani meningkat.

Sengatan panas dapat dicegah dengan baik dengan pengetahuan yang tepat!

* Sengatan panas saat sedang bertani

- Setiap tahun, sekitar **30 orang meninggal dunia** karena sengatan panas saat sedang bertani
- Sekitar **85%** dari kasus meninggal terjadi pada bulan **Juli-Agustus**, sementara lainnya terjadi pada bulan Maret-Juni.

Jumlah kematian akibat sengatan panas saat sedang bertani (bulanan)



* Poin pencegahan * Menghindari panas

Sebisa mungkin hindari bekerja pada saat suhu tinggi dan bekerja di tempat yang teduh atau sejuk



Hindari bekerja sendirian

Bekerja dengan banyak orang dan saling berkomunikasi pada waktu yang ditetapkan



Sering beristirahat dan melakukan hidrasi

Sering minum air atau minuman yang mengandung garam sebelum merasa haus



Menggunakan barang untuk mencegah sengatan panas

Kenakan topi dan pakaian cepat kering yang menyerap kelembapan, atau menggunakan pakaian dengan kipas angin



Selain itu, mari menjaga kesehatan tubuh untuk membangun tubuh yang tahan sengatan panas!

MAFF

Ministry of Agriculture, Forestry and Fisheries



Ayo cari tahu!!

Penanggulangan Sengatan Panas

* Barang untuk Penanggulangan Sengatan Panas *

Mendinginkan Tubuh

Gunakan saat tidak bisa menghindari pekerjaan di waktu panas



pakaian dengan kipas angin, pendingin leher

Persiapan untuk Bekerja Sendirian

Gunakan saat Anda ingin menghindari risiko bekerja sendirian



Perangkat *wearable*, pertolongan pertama

Perbaiki Lingkungan

Gunakan saat Anda ingin mendinginkan tempat kerja atau meningkatkan kualitas istirahat Anda



Mist Fan (Kipas Kabut)

* Koordinasi antara peringatan sengatan panas dan aplikasi MAFF *

Pin
Apa itu peringatan sengatan panas ?

Peringatan yang diumumkan ketika risiko serangan panas diprediksi sangat tinggi

STEP1

Unduh Aplikasi MAFF



Android



iOS

STEP2

Pengaturan Daerah



Halamanku > Pengaturan profil

STEP3

Mengaktifkan Notifikasi



Periksa juga pengaturan notifikasi di *smartphone*

STEP4

Menerima Notifikasi



Anda akan menerima notifikasi saat peringatan dibuat di prefektur yang terdaftar

* Saat dicurigai terjadi sengatan panas *

01 Berhenti Bekerja



(Gejala yang umum)

- Tidak berkeringat, suhu tinggi
- Pusing, mual, sakit kepala
- Kelelahan, kemampuan pengambilan keputusan menurun

02 Pertolongan Pertama



- Evakuasi ke tempat yang sejuk
- Longgarkan pakaian dan dinginkan tubuh Anda
- Minum air atau minuman oralit



03 Ke Rumah Sakit



Jika gejala tidak membaik bahkan setelah melakukan pertolongan pertama, lakukan pemeriksaan di pelayanan kesehatan terdekat!