

# PWOBLÈM SANTE AK ENKYETID TAN FREDI IVÈ A LAKÒZ

Depatman Sante nan Merilann lan fè abitan yo sonje genyen anpil pwoblèm sante grav pou yo konsidere pandan sezon fredri ivè a. Kòm konsekans ekspozè nan fredri, tanperati kò moun ka vin ba, sa ki ka lakòz ipotèmi epitou menm lanmò. Po ak tisi, tankou zòrèy, nen, pye ak figi ki konjle yo epi ki ekspozè nan fredri, kapab lakòz blesi grav, chofi (blesi fredri nan po ki grav (frostbite), blesi fredri nan po ki pa grav (frostnip) ak chofi nan fant zòtèy.

Genyen anpil faktè ki enflyanse efè fredri sou yon moun. Maladi ak frakti ki gen rapò ak fredri kapab rive pandan tan ki pa twò frètakòz van ak imidite oswa akòz enkapasite pou byen chofe kay la pandan sezon fredri ivè. Faktè yo ki mete moun yo ekspozè a maladi ki gen rapò ak fredri la dan yo:

- Vyeyès
- Pwoblèm medikal ak maladi kwonik ki nan sistèm kò tankou:
  - Soryazis oswa po boule ki grav
  - Tiwoyid ki nan sistèm kò
  - Ensifizans glann sirenal ki nan sistèm kò
- Eta fizik
- Medikaman ki kapab afekte jijman endividyèl tankou Valyòm ak fenobabital
- Twòp efò ak swe depase lè w deyò
- Konsomasyon alkòl

Siy lè tanperati kò w twò ba gen la dan l:


- Kò tranble
- Etoufman, tansyon ak palpitasyon
- Po blanch ak pal
- Anmezi
- Difikilte pou kowòdone efò ak kò
- Difikilte pou mache ak pale
- Move jijman, konfizyon ak rebelyon
- Fatig

Tretman ipètèmi gen ladan l: pran refij, chanje rad mouye yo, panse blesi, rad sèk epi rechofe kò a.

Akòz estrès kap monte sou kò a, yon moun k ap travay nan fredri kapab genyen kriz kadyak ak estwòk. Asire w pou al konsilte ka doktè oswa ka founisè swen medikal sitou lè ou konsidere tout travay yo pou ou fè pandan sezon fredri nan ivè tankou retire nèj ak tout lot egzèsis yo.

Blesi fredri nan po ki grav (frostbite) lakòz po palak konjle, avèk oswa san zanpoud, tisi ki konjle yo ka gen lakranp. Li konseye pou moun ki gen blesi fredri nan po ki grav (frostbite) ale chèche atansyon medikal. Yo pa ta dwe fwote tisi yo ki boule akòz efè nèj epitou yo ta dwe leve yo wo. Yo ta dwe evite ekspozè nan nèj ankò tisi yo ki te deja brile nan nèj.

## PLIS ENFÒMASYON

 [preparedness.health.maryland.gov](http://preparedness.health.maryland.gov)

 [facebook.com/MarylandOPR](https://facebook.com/MarylandOPR)

 [twitter.com/MarylandOPR](https://twitter.com/MarylandOPR)

 [health.maryland.gov](http://health.maryland.gov)

 [facebook.com/MarylandDHMH](https://facebook.com/MarylandDHMH)

 [twitter.com/MDHealthDept](https://twitter.com/MDHealthDept)



MARYLAND  
Department of Health

Office of Preparedness and Response

Updated 11/2017