미리 준비하고 대처하는 한파 이겨내기

# 겨울철 한파 준비하기

PM −15°

## 한파란 무엇일까?

한파(寒波)는 겨울철에 온도가 갑자기 내려가면서 들이닥치는 추위를 말한다. 기상청에서는 한파가 발생할 것으로 예상될 때 한파주의보와 한파경보를 발령한다.

한파주의보가 발령되는 기준은 10월부터 이듬해 4월까지 다음 중 하나에 해당하는 경우 발령된다.

### • 저체온증의 증상 •

| Hypothermia |

의식혼미
오한
피로



언어장애
기억장애
찬 피부

### • 동상의 증상 •

| Frostbite |

or

- 피부색이 흰색이나 누런회색으로 변한경우
- 피부가 촉감이 비정상적으로 단단한 경우
- 피부 감각이 저하된 경우

다음과 같은 증상 중 1개라도 있다면 동상이다.

### • 한파 예방방법 •

1. 양말 신기
2. 방한복 착용
3. 열량이 높은 음식섭취
4. 젖은 옷 입지말기
5. 수도 계량기 체크하기

한림성심대학교 보건실