



Materyèl sa a te pwodwi anba Nimewo Sibvansyon SH-39124-SH2 nan Administrasyon Sekirite ak Sante nan Travay, Depatman Travay Etazini. Li pa reflekte opinyon oswa politik Depatman Travay Ameriken an, ni mansyone non komès, pwodwi komèsyal, oswa òganizasyon. Gouvènman Ameriken an pa okouran de sa ki di nan dokiman an.



Reyaksyon pou Lè Yon Moun Jwenn Gwo Kout Chalè



Pou koute enfòmasyon sa yo sou videyo, tanpri eskane kòd QR sa a ak



Farmworker Justice
Justicia Campesina

www.farmworkerjustice.org



Reyaksyon pou lè yon moun jwenn gwo kout chalè

Travayè agrikòl yo ka pran gwo kout chalè pandan y ap travay di anba tanperati ki cho epi ki imid tou. Pou anpeche sa a:

- Bwè anpil dlo frèt (omwen kat tas chak inèdtan). Pa bwè l yon sèl kou, bwè l tanzantan
- Pran ti repo tanzantan epi ale nan lonbraj la.
- Sèvi ak rad koton ki pa sere w.
- Fè travay ki pi di yo nan moman ki pi fre nan jounen an.
- Evite bwè alkòl oswa bwason eksitan tankou: kafe oswa bwason ki fèt ak kafe.
- Voye je sou moun k ap travay bò kote w yo pou ka pote sipò si yo bay nenpòt siy kout chalè.

Sentòm maladi chalè yo enkli:

- Tèt fè mal
- Vètij
- Moun nan ka vinn akaryat
- Kè plen
- Swaf dlo
- Gwo swe
- Feblès
- Tanperati kò ki wo

Si ou gen sentòm sa yo, repoze, deplase nan lonbraj la, bwè anpil dlo epi rafrechi tèt ou.

Si ou pa trete sentòm sa yo imedyatman, **konjesyon serebral chalè (w ka sòt tonbe)** ka rive, ki pi grav. Sentòm konjesyon serebral chalè yo enkli:

- Po cho
- Lapawòl twoub
- Endispozisyon
- Kriz/latranblad
- Konfizyon/paka panse aklè
- Pawòl pa klè

Ki sa ki fè nan ka ta gen konjesyon serebral chalè

Lè yon moun gen siy sa yo, yon moun dwe rele 911 pou yon anbilans vini pran moun la. **Sa a se yon Ijans medikal.** Deplase moun nan nan yon zòn ki gen lonbraj epi eseye refwadi kò yo - dekole epi retire rad ki kenbe li cho. Si moun nan pa pèdi konesans, asire w ke moun nan bwè likid frèt ak dlo. Pa janm bay yon moun ki san konesans anyen pou bwè. Mete konprès frèt sou moun nan oswa pase glas sou kò yo, espesyalman sou tèt yo, kou, vant ak lestomak, bra yo, ak lèn.

Si ou pa sèten si moun nan gen kou chalè, rele yon anbilans epi trete yo tankou si yo soufri kou chalè, swiv enstriksyon ki anwo yo. Sa kapab sove lavi yo.