



더위에 대비하세요



더 위험한 경우

- 만 65세 이상인 경우.
- 야외에서 오랜 시간을 보내는 경우.
- 심장 질환, 당뇨병, 비만, 폐 질환, 신장 질환 등 만성 질환을 앓고 있는 경우.
- 이노제, 항정신병제, 베타 차단제, 혈압약 등 특정 약물을 복용하는 경우.
- 약물이나 알코올을 사용하는 경우.

시원하고 안전하게 지내세요

- 물(또는 전해질 음료)을 자주 마시세요.
- 가벼운 옷, 모자, 자외선 차단제.
- 햇볕을 피하세요.
- 30~45분마다 몸을 식혀주세요(그늘, 에어컨, 물에 적신 수건 활용).
- 더운 날씨에서 약물을 더 안전하게 사용하려면 소량으로 시작하고, 혼자 사용하지 말고, 주차된 차 안에서는 사용하지 마세요. 주사로 투여하는 경우, 더위로 인해 붓기와 탈수가 생길 수 있습니다. 항상 날룩손을 가지고 다니세요.

도움받기

다음 증상이 있으면 911에 전화하십시오. 뜨겁고 건조하거나 붉은 피부, 빠른 맥박, 혼란스러운 상태, 불분명한 발음, 의식 없음.

도움을 기다리는 동안 시원한 장소로 사람을 옮기세요. 얼음팩, 물에 적신 수건 또는 찬물로 체온을 식혀주세요. 의식이 없는 사람에게는 음료를 절대로 **주지** 마세요.



Human Resources
Administration
Department of
Homeless Services

Department of
Social Services

드롭인 센터 (DROP IN CENTERS)

연중무휴 24시간 운영, 에어컨 완비, 샤워 시설, 세탁, 식사 및
사례 관리 서비스 제공

9th Avenue

771 9th Avenue, New York, NY 10019

Project Hospitality

150 Richmond Terrace, SI, NY 10301

Paul's Place

114 West 14th Street, New York, NY 10011

The Gathering Place

2402 Atlantic Avenue, Brooklyn, NY 11233

Olivieri

257 West 30th Street, New York, NY 10001

Queens

100-32 Atlantic Avenue, Queens, NY 11416

Living Room

800 Barretto Street, Bronx, NY 10474

Union Hall

92-32 Union Hall Street, Jamaica, NY 11433



PALM-% (K)

가장 가까운 센터

센터 이름

주소

운영 시간 / 참고 사항