

Monitoree su salud por la exposición al humo



Durante la temporada de incendios en Oregon Central, es importante proteger su salud ante la exposición al humo. Si usted se ha visto expuesto al humo de un incendio forestal o un incendio controlado, monitoree su salud para detectar los siguientes síntomas:

- Dolores de cabeza.**
- Irritación de ojos, nariz y garganta.** Esto puede ser causado por partículas de 10 micrómetros de tamaño o más pequeñas.
- Respiración sibilante, tos o exceso de flema, garganta o senos nasales rasposos.**
- Quemaduras, color rojizo, ojos llorosos o resecos.**
- Falta de aliento, ataques de asma o irritación pulmonar.** Esto puede ser causado por una exposición profunda de los pulmones a partículas de 2.5 micrómetros de tamaño o más pequeñas.
- Ritmo cardíaco irregular, dolor en el pecho o fatiga.**
- Agravación de los síntomas de enfermedades coronarias o respiratorias.**
- Ataques cardíacos fatales o no fatales.**
- Muerte prematura en personas con enfermedades cardíacas o pulmonares.**

Llame al "911" o diríjase a una sala de emergencias si detecta síntomas potencialmente mortales.

Contacte a su proveedor de atención médica si detecta síntomas que representen un menor riesgo.



Visit CentralOregonFire.org for information about protecting your health this fire season.