

# Ondate di calore

## Guida ai servizi per affrontare il caldo estivo

### MI SENTO MALE, CHI CHIAMO?



#### Medico di famiglia

Chiama il tuo medico di famiglia perchè è la persona che conosce la tua storia sanitaria.



#### Guardia Medica

Se hai un malore durante le ore notturne, chiama la Guardia Medica, dalle ore 20:00 alle 08:00.



#### Guardia Medica

Chiama il P.P.I. dalle ore 08:00 alle 20:00 nel caso in cui l'emergenza è di medio pericolo.



#### Emergenza Sanitaria

Se hai una situazione di pericolo per la vita, contatta o fai contattare il servizio H24 del 118.

### ASSISTENZA SANITARIA DISTRETTO DI MESSINA

#### Guardia Medica

- Via Risorgimento, 22 T. 090 59606
- Via Sacra Famiglia, 7 T. 090 2932510
- Via Garibaldi - Porto Salvo T. 090 45077

#### Punto Primo Intervento

- S.S. 114 - Pistunina T. 090 5652042

#### Emergenza

- Emergenza sanitaria 118

#### Servizi Sociali

- Messina Social City T. 090 9488007
- Casa Serena T. 090 9226547
- Fratelli Tutti T. 338 4901468
- Centro mai più ultimi T. 090 7722311
- Polo Sociale Integrato T. 347 1767652
- Protezione Civile Messina T. 090 22866

### COSA FARE IN CASO DI COLPO DI CALORE?


In caso di improvvisa sensazione di caldo, debolezza, mal di testa, brividi, senso di svenimento, nausea, aumento della frequenza del polso, pressione bassa:

- Chiedere assistenza medica e inattesa trasportare la persona in un luogo fresco e ventilato
- Sdraiare la persona con le gambe sollevate rispetto al corpo
- Raffreddare il corpo con spugnature di acqua fredda su polsi, fronte, inguine e collo
- Integrare i liquidi persi con acqua fresca e sali minerali
- Tenere sotto controllo la temperatura corporea

Se siete soli e costretti in casa, fatevi contattare ogni giorno da un parente, da un vicino o da un servizio di assistenza sociale.

### MAGGIORI INFORMAZIONI

[www.protezionecivilesicilia.it](http://www.protezionecivilesicilia.it)  
[www.asp.messina.it](http://www.asp.messina.it)

 @aspmessina

