

HİPERTERMİ NEDİR?

Hipertermi nedir? Giresun Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu öğretim görevlisi Şeyma Dilmen'e sorduk. Hipertermi, vücut sıcaklığının normalin üzerine çıkması ve vücudun bu durumu düzenleyememesidir. Tam tersi olan hipoterminin aksine hipertermi genellikle yüksek sıcaklıklara maruz kalma veya aşırı fiziksel aktivite sonucu ortaya çıkar.

Özellikle yüksek ortam sıcaklığı, fiziksel aktivite, dehidrasyon dediğimiz vücudun yeterli su kaybetmesi, bebeklerde ve yaşlılarda metabolik bozukluklar, özellikle vücut hızını düzenleme mekanizmalarının zayıf olması nedeniyle görülür ve bazı ilaçlar özellikle idrar söktürücü ve antikolinergik ilaçların kullanımı da hiperterminin nedeni olabilir. Hipertermi, yüksek vücut sıcaklığı, terleme, baş ağrısı, halsizlik, bitkinlik, baş dönmesi, bulantı, kusma, hızlı kalp atışı, hızlı nefes alma, kas krampları, kafa karışıklığı, bilinç bulanıklığı ve halsizlik şikayetleriyle görülebilir. Hiperterminin tedavi edilmezse ciddi sağlık sorunlarına yol açabilme gibi bir özelliği de vardır.

Bunlar arasında şunlar sayılabilir. Sıcak çarpması dediğimiz vücut sıcaklığının hızla yükselmesi ve hayati organların hasar görmesi, böbrek yetmezliği, özellikle böbreklerin aşırı ısınması sonucu işlevlerini kaybetmesi, beyin hasarı, beyin hücrelerinin zarar görmesi, koma ve ölüm. Hipertermi durumunda yapılacak ilk yardım çok önemli.

Hipertermi şüphesi olan bir kişiyi serin ve gölgeli bir yere almak, bol su içirmek ve serin duş aldirmek önerilir. Yine aynı şekilde bunların ekstrası olarak, açık renkli kıyafetler, hafif ve bol kıyafetler giymek, güneşten korunmak için şapka ve güneş gözlüğü kullanmak, yoğun fiziksel aktivitelerden kaçınmak, bebekleri ve yaşlıları sıcak havalarda dikkatle takip etmek önemli noktalar arasındadır. Özetle hipertermi, vücut sıcaklığının aşırı yükselmesiyle ortaya çıkan ciddi bir durumdur.

Özellikle sıcak havalarda ve fiziksel aktivite sırasında dikkatli olmak ve gerekli önlemleri almak önemlidir. Hipertermi belirtileri görüldüğünde hemen tıbbi yardım almak hayati önem taşır.

Öğr. Gör. Şeyma DİLMEN