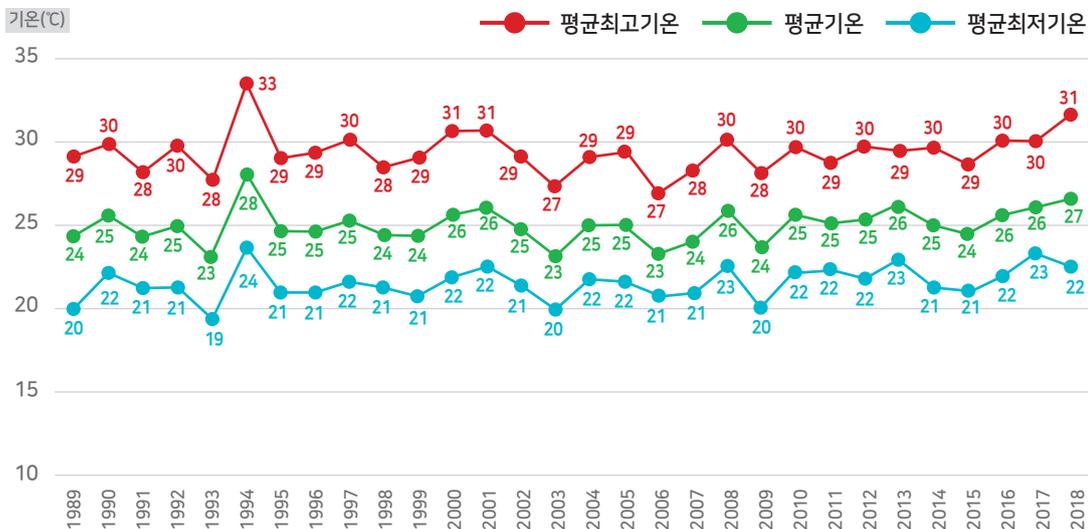


최근 30년간 충남지역 7월 기온변화

- 30년간 고정지점에서 측정된 충남의 종관기상관측소 5곳 (천안, 보령, 서산, 금산, 부여)의 자료를 활용
- 자료 : 기상청 - 기상자료개방포털 • 평균 최고·최저기온 : 일 최고·최저기온의 평균값

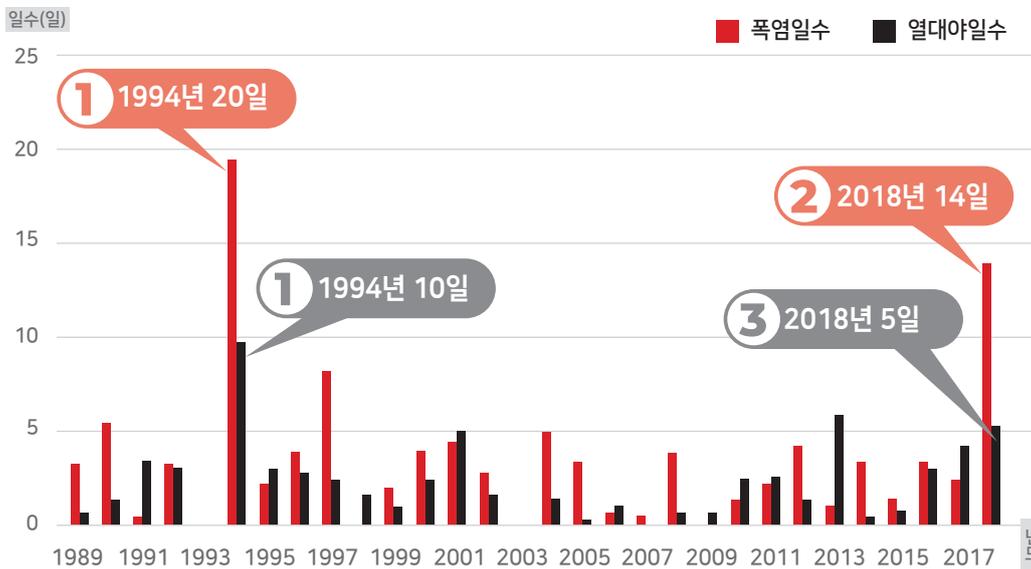
- 1994년 기록적 폭염 이후, 25년만의 7월 최고더위 기록
- 같은 기간 7월 평균기온, 처음으로 27°C 이상 기록



최근 30년간 충남지역 7월 폭염 및 열대야 일수 변화

- 폭염일수 : 일 최고기온이 33°C 이상인 날의 일수
- 열대야일수 : 일 최저기온이 25°C 이상인 날의 일수
- 자료 : 기상청 - 기상자료개방포털

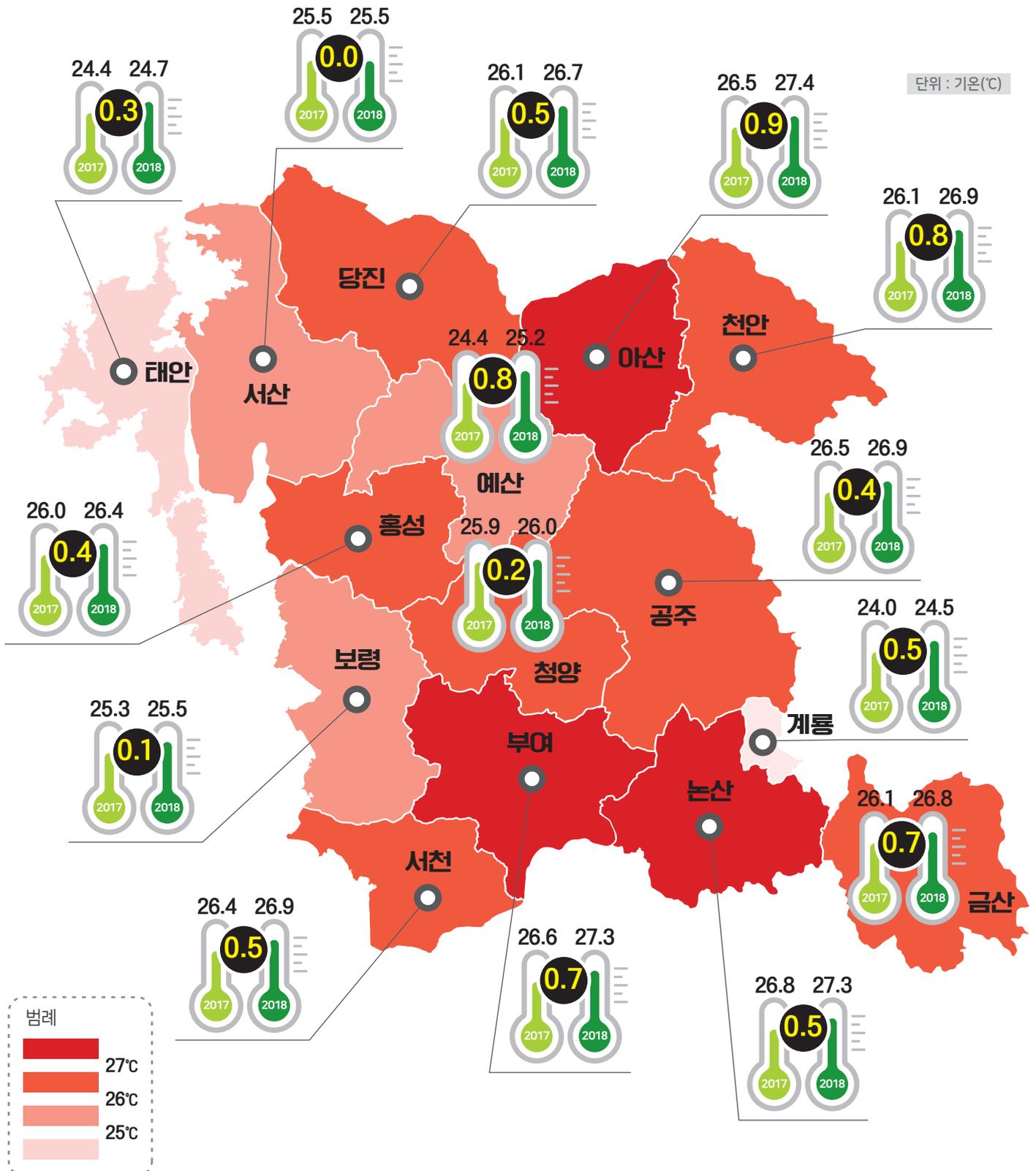
- 2000년대 폭염일수 최다(14일) 발생



2017·18년 충남지역 7월 시·군별 평균기온

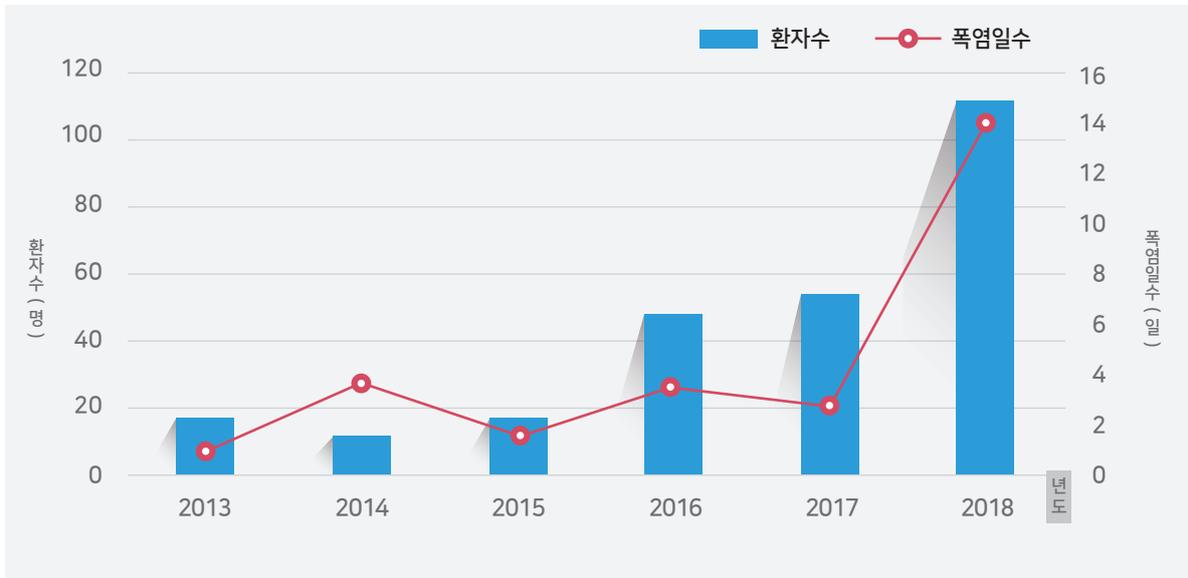
- 각 시·도별 종관기상관측소와 방재기상관측소의 측정값을 모두 활용
- 자료 : 기상청 - 기상자료개방포털

- 충남 전지역 2017년 대비, 7월 평균기온 약 0.5°C 상승
 - 7월 충남도내 가장 더웠던 지역 아산시, 작년대비 최대폭(0.9°C) 증가



충남지역 7월 폭염일수에 따른 온열질환자수

- 폭염일수 급증으로 온열질환자 수 2배 급증



온열질환 = 열사병 + 열탈진 + 열경련 + 열실신 + 열부종 등

- **열사병** 체온이 40°C 이상이며 밀폐되고 온도가 높은 공간에서 발생
- **열탈진** 지속적인 열의 노출로 염분 혹은 수분이 부족하여 발생
- **열경련** 심한 육체활동으로 수의근에 통증이 있는 경련
- **열실신** 일시적인 의식소실로 어지러움 동반
- **열부종** 더위로 인한 손, 발이나 발목의 부종

일사병과 열사병의 차이점

일사병

심부체온 37~40°C

발생원인 태양아래 장시간 노출

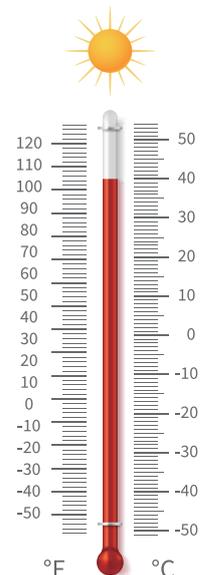
발생증상 구토, 두통, 피로, 즉시 회복되는 실신

열사병

심부체온 40°C 이상

발생원인 밀폐되고 온도가 높은 공간에서 발생 (장소범위가 일사병에 비해 비교적 넓음)

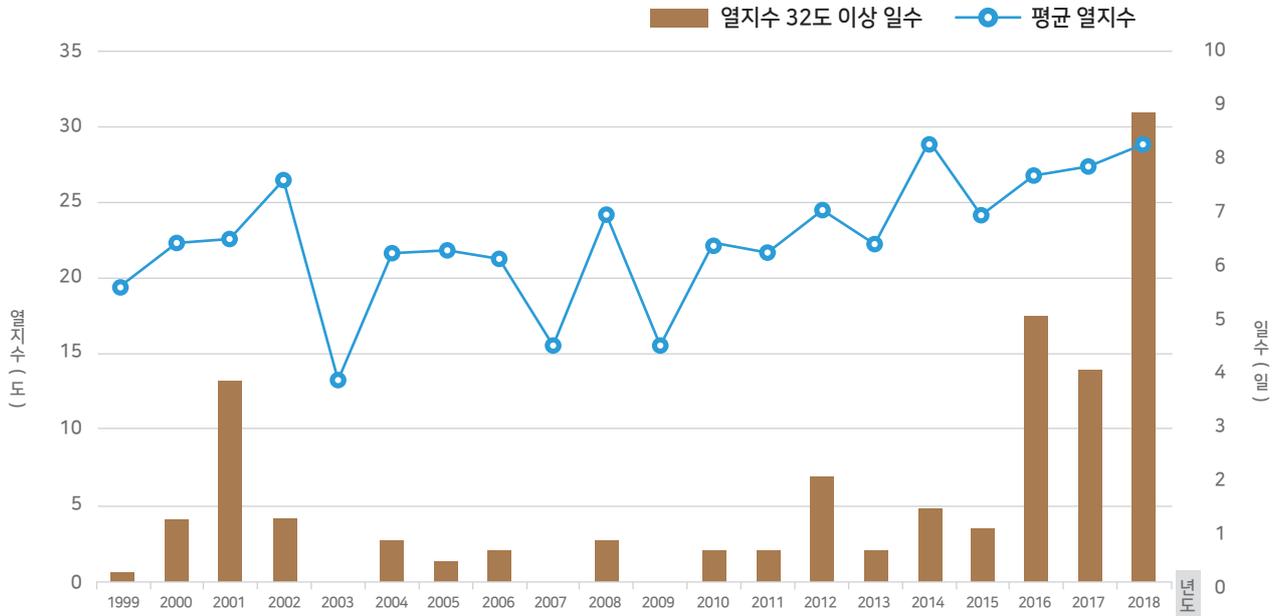
발생증상 발작, 경련, 급성신부전, 심인성 쇼크 등



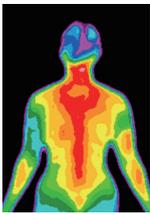
• 자료 : 질병관리본부 온열질환 감시체계 운영개요

충남지역 7월 열지수 변화

- 실제 느끼는 더위지수인 열지수, 최근 지속적으로 증가 추세
- 최근 20년간 충남 전지역, 열지수 32도 이상 일수 최대



열지수



- 기온과 습도에 따른 사람이 실제로 느끼는 더위를 지수화한 것
- 열지수는 그늘지고 약한 바람이 부는 환경에서 만들어진 것이므로 태양빛에 직접 노출되면 열지수 값이 발표치보다 8.3도 정도 더 높아질 수 있음
- 강한 바람, 특히 뜨겁고 습한바람이 불면 더 위험한 환경이 될 수 있으며, 동일한 기온이라도 습도에 따라 열지수가 달라짐

열지수 낮추는 법



▶ 얇게 입고 햇볕 피하기 ▶

불볕더위가 예상되는 날에는 외출 시 가볍고 밝은 색 계통의 얇은 옷을 헐렁하게 입고 챙이 넓은 모자나 양산을 써 햇볕을 가리는 것이 좋습니다.



▶ 적절한 실내 온도 유지 ▶

실내에서 냉방기기를 사용할 때에는 실내외 온도차를 반드시 5도 내외로 유지해야 냉방병을 예방할 수 있는데, 이때 적정 냉방온도는 26~28도입니다.



▶ 노약자는 특히 조심하기 ▶

노약자의 경우 한낮에는 야외활동을 삼가하고 평소보다 물을 많이 섭취 해야하며 될 수 있는 한 시원한 장소에 머무는 것이 좋습니다.



▶ 열대야 대처법 ▶

열대야는 밤 사이 최저기온(오후 6시 1분~다음날 오전 9시)이 25도 이상 유지되는 현상을 말합니다. 이때 너무 더워서 사람이 잠들기 어려워 밤새 뒤척이게 됩니다. 열대야에는 자고 일어나는 시간을 일정하게 하고 낮잠을 오래 자지 않는 것이 좋으며, 찬물보다는 미지근한 물로 샤워하는게 숙면에 도움이 됩니다.