



飲酒無法暖身 當心保暖假象

天氣越來越冷，阿多下班回家路上聽同事說可以喝酒暖身，便喝酒保暖身體，卻酒醉路倒在路上失溫被送醫院治療。



飲酒後會讓身體「暫時」感覺溫暖，但隨著熱量從皮膚消失，體溫下降反而容易產生失溫的情況！



適量飲酒，酒後不開車不騎車，才能平安回家



Drinking alcohol does not keep you warm, do not be deceived into thinking you are warm by a temporary high



As the weather gets colder, one day Aduo is going home after work when a workmate says they should get a drink to keep warm, which they decide to do. However, they drink too much, end up at the side of the road and are rushed to hospital suffering from hypothermia.



After drinking alcohol the body “temporarily” feels warm but as heat dissipates from the skin, your body temperature drops and it is easy to suffer from hypothermia



Drink in moderation,
do not drink and drive, get home safely





Minum Alkohol Tidak Bisa Menghangatkan Tubuh

Hati-Hati dengan Kehangatan Palsu



Cuaca semakin dingin, dan saat Ato pulang kerja, dirinya mendengar perkataan teman kerjanya yang mengatakan bahwa minum alkohol dapat menghangatkan tubuh. Alhasil dirinya pun mulai minum minuman beralkohol guna menjaga kehangatan tubuh, tetapi malah mabuk dan terjatuh di jalan hingga mengalami hipotermia, serta harus dilarikan ke rumah sakit untuk mendapatkan perawatan.



Setelah mengonsumsi alkohol, tubuh kita akan merasakan hangat secara “sementara”, tetapi seiring dengan hilangnya rasa panas tersebut dari kulit, suhu tubuh kita pun justru cenderung menurun dan dapat menyebabkan hipotermia!



Minum alkohol secukupnya, tidak mengemudi mobil atau mengendarai motor setelah mengonsumsi alkohol, dengan demikian baru dapat tiba di rumah dengan selamat



Uống rượu không thể làm ấm cơ thể

Quan niệm sai lầm khi giữ ấm

Thời tiết càng ngày càng lạnh, trên đường tan sở về nhà, A Duo nghe đồng nghiệp nói có thể uống rượu để làm ấm cơ thể nên đã uống rượu để giữ ấm, tuy nhiên, A Duo đã ngã gục bên đường vì say khướt và bị hạ thân nhiệt, được đưa đến bệnh viện điều trị.

Xin nhắc nhở

Sau khi uống rượu, cơ thể sẽ có cảm giác ấm “tạm thời”, nhưng khi nhiệt lượng trong cơ thể bị thất thoát qua da, nhiệt độ cơ thể giảm xuống và rất dễ gây hạ thân nhiệt!

Uống rượu có chừng mực, không lái xe, đi xe máy, xe đạp sau khi uống rượu, mới có thể về nhà an toàn.





ดื่มสุราไม่ได้ทำให้ร่างกายอบอุ่น ระวังเป็นเพียงภาพลวงตา



ระยะนี้อากาศหนาวทำให้อุตที่เพิ่งเลิกงานกำลังจะกลับหอพัก ได้ยินเพื่อน
ร่วมงานบอกว่าสุราทำให้ร่างกายอบอุ่น จึงดื่มโดยหวังจะช่วยให้ร่างกายอบอุ่นขึ้น
แต่เพราะเมาแล้วขับทำให้เกิดอุบัติเหตุรถล้ม นอนคว่ำอยู่บนพื้นถนนทำให้เกิด
ภาวะร่างกายมีอุณหภูมิลดต่ำเกินไปถูกนำส่งโรงพยาบาล



หลังดื่มสุรา ร่างกายรู้สึกอบอุ่นขึ้น "ชั่วคราว" แต่เมื่อความร้อนถูกระบายออก
จากร่างกายผ่านทางผิวหนัง อุณหภูมิร่างกายจะลดต่ำลงและมักทำให้เกิดภาวะ
ร่างกายมีอุณหภูมิลดต่ำเกินไป



ดื่มสุราในปริมาณที่พอเหมาะ เมาแล้วไม่ขับขี่ยานพาหนะ
จึงจะกลับถึงบ้านได้อย่างปลอดภัย

