



# AI CÓ NGUY CƠ CAO BỊ SAY NẮNG, SAY NÓNG?



## 1. Người già và trẻ em

Hệ thống điều nhiệt chưa hoàn chỉnh hoặc suy giảm, khó thích nghi với nhiệt độ cao.



## 2. Phụ nữ mang thai

Thay đổi sinh lý khiến cơ thể nhạy cảm với nhiệt độ nóng.



## 3. Người lao động ngoài trời

Làm việc trực tiếp dưới nắng hoặc môi trường có nguồn nhiệt cao (lò gạch, lò luyện gang thép).



## 4. Vận động viên

Tập luyện, thi đấu cường độ cao, nguy cơ sốc nhiệt do gắng sức.



## 5. Người có bệnh mãn tính

Bệnh tim mạch, huyết áp, đái tháo đường.