



عکس: پکسلز^۱ / برونو اسکرامگنون^۲

نتایج گرمای شدید بر سلامت، می‌تواند فاجعه‌بار باشد.

این مقاله بخشی است از: [مرکز بهداشت و درمان](#)

• در سرتاسر جهان، امواج گرما و درجه حرارت‌های بالا و رکوردشکن، بیشتر تکرار می‌گردند و طولانی مدت تر و شدیدتر هستند.

• اثرات گرمای شدید بر سلامت جسمی و روانی می‌تواند فاجعه بار باشد.

¹ Pexels

² Bruno Scramgnon

• انجمن آب و هوا و سلامت مجمع جهانی اقتصاد، در حال گرد هم آوردن ذینفعان و سیاست‌گذاران مختلفی، برای مقابله با تأثیر منفی تغییرات آب و هوایی بر سلامتی است.

در سرتاسر جهان، رکوردهای دما در حال وارونگی است و بخش‌های بزرگی از آسیا، اروپا و آمریکای شمالی چند هفته گذشته را تحت هشدارهای گرمای بیش از حد سپری کرده‌اند. روز یکشنبه، چین بالاترین دمای خود را با بیش از 52 درجه سانتیگراد (126 فارنهایت) ثبت کرد؛ در همان روز، دث ولی³ در کالیفرنیا شاهد دمای 53.33 درجه سانتیگراد (128 فارنهایت) بود که به داغ‌ترین دمای ثبت شده روی کره زمین نزدیک شد.

در حالی که آب و هوای طبیعی و الگوهای اقلیمی نقش مهمی در پیامدهای گرمای شدید، بازی می‌کنند، تغییرات آب و هوایی ناشی از فعالیت‌های انسانی نیز باعث رایج‌تر شدن این پیامدها می‌شود. میانگین دمای کره زمین از ابتدای قرن بیستم در حال افزایش بوده است که عمدتاً به خاطر سوزاندن سوخت‌های فسیلی مانند زغال سنگ، نفت و گاز بوده است.

گرمای شدید چگونه بر سلامت جسمی و روانی ما تأثیر می‌گذارد

مشکلات سلامتی ناشی از چنین گرمای شدیدی می‌تواند فاجعه بار باشد. تحقیقات اخیر نشان می‌دهد که از ماه مه تا سپتامبر 2022، موج گرما در اروپا باعث مرگ بیش از 60000 نفر در اثر گرما شده است. در سال 2021، تجزیه و تحلیل داده‌های آکادمیک 732 مکان در 43 کشور این نتیجه را در بر داشت که 37% از مرگ و میرهای ناشی از گرما بین سال‌های 1991 تا 2018 را می‌توان به تغییرات اقلیمی نسبت داد.

گرمای شدید همچنین حوادثی مانند آتش‌سوزی جنگل‌ها را افزایش می‌دهد که در حال حاضر در ایالات متحده و اروپا شدید است و عواقب سلامتی ناگواری مانند مشکلات تنفسی و نرخ بالای حملات قلبی و سکته را به همراه دارد. در حال حاضر حدود 70 میلیون نفر در آمریکای شمالی مورد هشدار کیفی هوای مرتبط با آتش‌سوزی قرار گرفته‌اند، که به آسیب پذیرترین افراد گفته شده است از فعالیت در فضای باز خودداری نمایند. همانطور که در طول همه‌گیری (کرونا) دیدیم، در افرادی که نیاز به نظارت مکرر پزشکی دارند، مانند افرادی که دارای بیماری‌های مزمن هستند، ماندن در خانه اغلب به معنای به تعویق انداختن قرار ملاقات‌های معمول اما مهم مراقبت‌های بهداشتی و سلامت است که می‌تواند باعث افزایش عوارض بیماری و مرگ و میر شود.

سایر مخاطرات سلامتی مرتبط با افزایش دما، کمتر آشکار بوده، اما به طور بالقوه به همان اندازه جدی هستند. به‌عنوان مثال، کارشناسان پیش‌بینی کرده‌اند که تنها نیم درجه سانتی‌گراد افزایش دما به معنای افزایش تعداد پشه‌ها از طریق گسترش زیستگاه‌های مناسب در دماهای پایین فصل زمستان است که منجر به

³ Death Valley

گسترش بیماری‌های عفونی ناشی از حشرات ناقل بیماری می‌شود. طبق مطالعه‌ای در دانشکده بهداشت و طب بیماری‌های گرمسیری لندن، اگر انتشار گازهای گلخانه‌ای در سطح فعلی خود افزایش یابد، جمعیت در معرض خطر تب دنگی و مالاریا-دو بیماری منتقله از پشه-ممکن است تا 4.7 میلیارد نفر دیگر افزایش یابد.

گرما نه تنها بر سلامت فیزیکی، که بر سلامت روان نیز اثر دارد. در سال 2022، محققان با تجزیه و تحلیل سوابق پزشکی میلیون‌ها شهروند آمریکایی دریافتند که گرمای شدید شرایط اضطراری سلامت روان را افزایش می‌دهد. در طول یک دهه مطالعه، مراجعه اورژانسی به بیمارستان‌ها برای مسائل سلامت روان، در گرم‌ترین روزها، به‌طور متوسط 8% افزایش یافته است. نویسنده این پژوهش به خبرنگاران گفت: «این تحقیق در مقیاس بی‌سابقه‌ای نشان می‌دهد که روزها با شدت گرمای بالا نیز می‌تواند سلامت روان افراد را به‌طور قابل‌توجهی تحت تأثیر قرار دهد.»

غلبه بر گرما: چگونگی مقابله با افزایش دما

چه کاری می‌توان انجام داد؟ این پرسشی است که ما به اتفاق انجمن آب و هوا و سلامت مجمع جهانی اقتصاد (که طیف مختلفی از ذینفعان و سیاست‌گذارانی را که در این زمینه کار می‌کنند گرد هم می‌آورد)، سعی داریم پاسخ دهیم و تا کنون چند درس فرا گرفته‌ایم.

اولین مورد این است که در حال حاضر راه‌حل‌های فوق‌العاده مؤثری وجود دارد که به مقابله با تهدیدات سلامتی مرتبط با گرمای شدید کمک می‌نماید. برای مثال، در برخی کشورها، شهرداری‌های محلی ساعات کار استخرهای شنا را طولانی‌تر کرده یا «فضاهای خنک‌کننده» ایجاد نموده‌اند تا به مردم فرصتی برای خنک شدن بدهند. در محل کار، شرکت‌ها در بخش‌هایی مانند ساخت‌وساز که کارکنان آن‌ها به‌طور خاص تحت آسیب گرما هستند، اقداماتی مانند ساعت‌های کاری اصلاح‌شده را معرفی نموده‌اند تا به افراد اجازه دهند در زمان‌های خنک‌تر روز کار کنند. با گرد هم آوردن همه ذینفعان مربوطه، امیدواریم فرصت‌های بیشتری برای نمایش راه‌حل‌های موجود ایجاد نماییم که ممکن است به راحتی در مکان‌های دیگر استفاده شوند.

درس دوم این است که برخی از راه‌حل‌ها ممکن است از مکان‌های مشخص ایجاد نگردند. به عنوان مثال کلینیک‌های سیار را در نظر بگیرید، که به‌طور گسترده در کشورهای سراسر آفریقا برای گسترش دسترسی به مراقبت‌های بهداشتی برای افرادی که در مناطق دور افتاده زندگی می‌کنند استفاده می‌شود. خدمات مشابه در کشورهای متأثر از موج گرما می‌تواند تداوم مراقبت را برای جمعیت‌های آسیب‌پذیری که نمی‌توانند در طول رخ دادن گرمای شدید به بیرون از خانه بیایند، تضمین نماید. با گرد هم آوری واقعی و متنوع ذینفعان

مراقبت‌های بهداشتی، می‌توانیم فرصت‌هایی را آشکار نماییم که در غیر این صورت ممکن بود کشف نشده باقی بمانند.

و درس سوم این است، در حالی که همه این اقدامات تطبیقی ضروری هستند، ما همچنان باید روی کاهش گرما کار نماییم. بسیاری از راه‌حل‌های گرمای شدید شامل انجام کارهایی است که در نهایت مشکل را بدتر می‌نماید. به‌عنوان مثال، در مناطقی مانند هند و برزیل، تقاضا برای واحدهای تهویه مطبوع در حال افزایش خیلی شدید است. اما در حالی که این مورد ممکن است اثرات گرمای شدید را کاهش دهد، علت اصلی افزایش دما را تشدید می‌نماید: تغییرات آب و هوا. به جای آن، ما باید راه‌حل‌هایی پیدا نماییم که به ما در سازگاری با واقعیت جدید پیامدهای گرمای شدیدتر کمک نموده و در عین حال با کاهش انتشار گازهای گلخانه‌ای، علت ریشه‌ای را نیز حل نماییم. به‌عنوان مثال، در هند، تعداد بیشتری از مردم در حال روی آوردن به واحدهای AC توان گرفته از انرژی خورشیدی هستند و عایق حرارتی نصب می‌کنند تا خانه‌های خود را به صورت دوستدار اقلیم، خنک‌تر نگاه دارند.

پیامدهای اقلیمی شدید بیش از هر زمان دیگری تکرار می‌شوند و آنها اینجا هستند تا بمانند. هر یک از آن‌ها عوارض انسانی دارند که باید به‌عنوان یک هشدار عمل نمایند و زمان اقدام هم اکنون است. تغییرات آب و هوایی در جریان است. این یک وضعیت اضطراری سلامت عمومی است که در حال حاضر بر سلامت و ایمنی مردم در هر کشور و هر قاره تأثیر می‌گذارد.

به همین دلیل است که ما مسئولیت داریم تا اطمینان حاصل نماییم که سیستم‌های مراقبت‌های بهداشتی، خود انعطاف پذیرتر شوند، بنابراین ما آماده‌ایم که نه تنها با اثرات گرمای شدید، بلکه با تمام پیامدهای سلامتی ناشی از اقلیم مقابله نماییم. گرد هم آوردن همه سهامداران دولتی و خصوصی که در حال حاضر برای مقابله با تأثیر کوتاه مدت و علل بلند مدت کار می‌نمایند، بهترین شانس پیشرفت را به ما می‌دهد.

برگرفته از سایت [World Economic Forum](https://www.weforum.org/agenda/2023/07/extreme-heat-waves-health/)

Reference

<https://www.weforum.org/agenda/2023/07/extreme-heat-waves-health/>

ویراستار ترجمه: یاسمن باغبان