



Charlie Crist
Governor

Ana Viamonte Ros, M.D., M.P.H.
State Surgeon General

Pou Piblikasyon Imedyat
April 2008

Kontak Susan Smith
850-245-4111

****PAPYE ENFÒMASYON SOU SIKLÒN TWOPIKA/SIKLÒN****
**

EVITE DEZIDRASYON

TALLAHASSEE – Pou eveite pou vini dezidrate, li trè enpètan pou bwè anpil fluid, espesyalman glo menm si ou pa swaf. Sa se patikilyèman vre lè tanperati an rive 90 degre Fahrenheit (F) ou pli wo. Sa depan de ki kalite aktivite an chalè ke ou expoze tèt pou pandan sezon cho, se yon bon ide pou bwè anpil glo. Moun ki geyen medikal kondisyon bezwen yon dyet ki anpeche pou yo bwè anpil likid fèt pou yo konsilte doktè yo an avan ke go ogmante kantite glo yo bwè.

Bebe ki fenk fèt jiska 6 mwa: Tibebe ki an sante pa bezwen plis likid. Nan yon jou ki cho, yo ka bezwen yon ti kantite glo an plis, men tcheke avèk doktè w la pou ka konnen konbyen pou bay..

Bebe de 6-12 mwa: Lèt tete oubyen lè fomile pou bebe k'ap manje maje solid deja fèt pou yo bwè plis glo.

Timoun 12 mwa aksa ki pi gran yo: Ou fèt pou fè yo sonje pou yo bwè likid, preferabman glo panda tout la jounen an. Nou fèt pou nou ankouraje yo pou yo ka bwè plis glo an jou ki cho anpil.

Adilt fèt pou yo bwè to: Lè yo ekspoze anba yon tanperati ki rive 90 F ou pli wo, sa depan de aktivite fizik yo ak degre ke yo ekspoze tèt yo nan chalè, fèt pou yo bwè plis glo tojou.

Ede pou evite vinn dezidrate, lè ou rete lwen de limyè solèy ki dirèk, mete rad ki lejè et ke koulè yo pal, limite aktivite fizik ou e itilize yon vantilatè si ou genyen yon ki disponib.

Pou plis enfòmasyon, tanpri kontakte depatman lasante konte lokal ou an oswa vizite www.doh.state.fl.us oswa www.FloridaDisaster.org.

Pou plis eta ak federal and federal enfòmasyon sou ka dijans ak dezast ak plannin, vizite sitweb sa yo: www.floridadisaster.org, www.redcross.org, www.ready.gov oubyen www.fema.gov.

Liy Enfòmasyon pou Kadijans nan Florid: 1-800-342-3557

Fonksyon Sipò pou Enfòmasyon Piblik la nan Kadijans: (850)-921-0384

###