خطورة المروحة الكهربائية على الصحة في الصيف

وأوضحت النتائج أن المروحة، التي تُستخدم عادة للتخفيف من الحرارة، قد تتحول إلى خطر على صحة القلب والأوعية الدموية عند تجاوز درجات الحرارة حداً معيناً.

شارك في البحث عشرون متطوعاً خضعوا لأربع تجارب منفصلة، مدة كلّ منها ثلاث ساعات، داخل غرفة مهيأة بدرجة حرارة 39.2 درجة مئوية ورطوبة نسبية 49%.

وفي تجربتين، شرب المشاركون الكمية الموصى بها من السوائل خلال الـ24 ساعة السابقة، واستمروا في شرب الماء أثناء التجربة.

أمّا في التجربتين الأخريين، فقد امتنعوا عن شرب السوائل والأطعمة الغنية بالماء، ومنعوا من الترطيب أثناء الجلسة، وفي كلّ حالة، تم إجراء الاختبارات مع تشغيل المروحة وبدونها.

وأظهرت البيانات أن استخدام المروحة في ظروف الجفاف أدى إلى زيادة فقدان العرق بنسبة تصل إلى

60%، ما رفع من إجهاد القلب وأدى، في الحالات القصوى، إلى احتمال التعرض لنوبات قلبية.

وأشار الدكتور غراهام إلى أن المراوح يمكن أن تخفف من الضغط الحراري عند درجات حرارة تصل إلى 39–40 درجة مئوية، لكن عند ارتفاع الحرارة أكثر من ذلك، قد يسخن الهواء الجسم أسرع من قدرة التعرق على تبريده.

توصيات الاستخدام الآمن للمروحة

استناداً إلى هذه النتائج، أوصى الباحثون باستخدام المراوح فقط عند درجات حرارة أقل من 39 درجة مئوية للبالغين الأصحاء تحت سن 40، وأقل من 38 درجة مئوية لكبار السن (65 عاماً فأكثر)، مع الحذر عند تناول الأدوية المضادة للكولين مثل أوكسي بوتينين، التي تقلل قدرة الجسم على التعرق.

كما نصحوا بضرورة الحفاظ على الترطيب الجيد عند استخدام المراوح في الطقس الحار، لتفادي مخاطر الجفاف.

وتسلط هذه النتائج الضوء على أن المروحة، فرغم بساطتها وشعبيتها، إلّا أنّها ليست دائماً وسيلة تبريد آمنة، فيما قد يسهم فهم تأثيراتها في الظروف المناخية المختلفة في تقليل المخاطر الصحية، خصوصاً مع تزايد موجات الحر الناتجة عن التغير المناخي.