

Cảm giác không khỏe?

**Chuột rút
cơ bắp**



**Cảm thấy mệt
mỏi hoặc yếu**



Đau đầu



Chóng mặt



Nôn mửa



Bạn có thể bị chấn thương do nhiệt
Hãy dừng ngay công việc và nghỉ ngơi
Báo cáo cho người giám sát của bạn