

ระดับ	ดัชนีความร้อน (C°)	ผลกระทบต่อสุขภาพ
เฝ้าระวัง	๒๗.๐ – ๓๒.๙	เมื่อสัมผัสความร้อน และทำกิจกรรมกลางแจ้งเป็นเวลานาน อาจทำให้ร่างกายเกิดอาการเบื้องต้น เช่น อ่อนเพลีย ปวดศีรษะ ผื่นจากความร้อน บวมจากความร้อน ปวดเมื่อยตามร่างกาย นำไปสู่การเกิด ตะคริวจากความร้อนได้
เตือนภัย	๓๓.๐ – ๔๑.๙	เมื่อสัมผัสความร้อน และทำกิจกรรมกลางแจ้งเป็นเวลานาน อาจมีความเสี่ยงที่จะเกิดโรคเพลียแดดจาก ความร้อน (Heat exhaustion) และเป็นตะคริวจากความร้อนได้ และอาจส่งผลให้เกิด โรคลมร้อน หรือ ฮีทสโตรก (Heat stroke)
อันตราย	๔๒.๐ – ๕๑.๙	เมื่อสัมผัสความร้อน และทำกิจกรรมกลางแจ้งเป็นเวลานาน อาจทำให้เป็นตะคริวจากความร้อน และ เกิดโรคเพลียแดดจากความร้อน (Heat exhaustion) และเพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดโรคลมร้อน หรือ ฮีทสโตรก (Heat stroke) ได้ หากสัมผัสความร้อนอย่างต่อเนื่อง
อันตรายมาก	มากกว่าหรือเท่ากับ ๕๒.๐	เมื่อสัมผัสความร้อน และทำกิจกรรมกลางแจ้งเป็นเวลานานอย่างต่อเนื่อง มีความเสี่ยงสูงมากที่เกิดโรค ลมร้อน หรือ ฮีทสโตรก (Heat stroke)