

مؤشر الإجهاد الحراري الناجم عن الرطوبة النسبية والحرارة الخارجية

	درجة الحرارة الخارجية (C°)										
	21	24	27	29	32	35	38	41	43	46	49
نسبة الرطوبة	درجة الحرارة الفعلية (C°)										
0%	18	20	23	26	28	31	33	35	37	39	42
10%	18	21	24	27	29	33	35	38	41	44	47
20%	19	22	25	28	30	33	37	41	44	49	54
30%	19	23	26	29	33	36	40	45	51	57	64
40%	20	23	26	30	34	38	43	56	58	66	
50%	20	24	27	31	36	42	49	57	66		
60%	21	24	28	33	38	46	56	65			
70%	21	25	29	34	41	51	62				
80%	22	26	30	36	45	58					
90%	22	26	31	39	50						
100%	22	27	33	42							

كلما انتقلنا من اللون الأبيض إلى اللون الأصفر فالبرتقالي فالأحمر، كلما أزداد المؤشر الحراري، وبالتالي ازدياد احتمالات الإصابة بالإجهاد الحراري.