

Tájékoztatás II. fokú hőségriasztásról

Dr. Müller Cecília országos tisztifőorvos a HungaroMet Magyar Meteorológiai Szolgáltató Nonprofit Zrt. előrejelzési adatait figyelembe véve

az ország egész területére vonatkozóan 2024. augusztus 24. (szombat) 00.00 órától 2024. augusztus 30. (péntek) 24.00 óráig II. fokú hőségriasztást adott ki.

A II. fokú hőségriasztás esetén az előrejelzés szerint **a napi középhőmérséklet várhatóan legalább három egymást követő napon eléri (vagy meghaladja) a 25°C-ot.** A magas napi átlaghőmérséklet olyan környezet-egészségügyi kockázatot jelent a lakosság számára, amely indokolja az egészségügyi ellátó rendszer, az önkormányzatok, valamint a megyei együttműködő szervezetek figyelmeztetését és a lakosság hőhullám alatti rendszeres tájékoztatását.

Tanácsok a hőség idejére (forrás: gyor.katasztrofavedelem.hu):

A nagy hőség az egészséges szervezetet is megterheli, bárkinél okozhat egészségügyi panaszokat, kellemetlen közérzetet, dekoncentrációt. Különösen veszélyeztetettek a kisgyermekek, az idősek, valamint a szív- és érrendszeri betegségben szenvedők. A meleg az autósokra is kedvezőtlen hatással lehet, ezért kérjük, vezessenek óvatosan. A vízparton tartózkodók mielőtt vízbe mennek, hűtsék le magukat, különösen napozást követően. Felhevült testtel ne ugorjanak a vízbe! Ügyeljünk az elkövetkező napokban a fokozott vízivásra. Kerüljük a kávé, az alkohol, a magas koffein- és cukortartalmú üdítők és zsíros ételek fogyasztását. Lehetőség szerint 11 és 15 óra között ne tartózkodjunk a napon, a bőrünket megfelelő ruházattal és napvédő szerekkel védjük a leégés ellen. Ne hagyjuk a gyermekeket, állatokat parkoló autóban. Ha valaki autóban hagyott gyermeket, házikedvencet lát, hívja a 112-es segélyhívó számot. Ne hagyjunk az autóban fertőtlenítőt, hígítót, festéket, öngyújtót, mert ezek is meggyulladhatnak a nagy melegben.

Aki teheti, tartózkodjon árnyékban, légkondicionált helyiségben, a legmelegebb órákban kerülje a megterhelő fizikai munkát.

A meleg időben a növényzet is hamarabb kiszárad és könnyebben meggyullad. Erdőben csak a kijelölt tűzrakóhelyen szabad tüzet gyújtani, ezt is csak akkor, ha nincs elrendelve tűzgyújtási tilalom. A sütögetés után pedig úgy kell eloltani, hogy ne tudjon visszagyulladni. Azok, akik a kertben grilleznek, bográcsoznak, ne hagyják magára a tüzet!

Egyéb ismertető, tanácsok az Országos Közegészségügyi Intézet alábbi weboldalán található: <https://nnk.gov.hu/index.php/tanacsok-hoseg-idejere.html>