



A HungaroMet Magyar Meteorológiai Szolgáltató Nonprofit Zrt. előrejelzési adatait, valamint a Nemzeti Népegészségügyi és Gyógyszerészeti Központ szakmai ajánlásait figyelembe véve az elkövetkező napokban az eddiginél is melegebb időjárás várható, ezért Dr. Müller Cecília országos tisztifőorvos **2024. június 19. (szerda) 00:00 órától június 22. (szombat) 24:00 óráig harmadfokú hőségriasztást** adott ki.

A tartós hőség miatt különösen veszélyeztetettek a kisgyermek, az idősek, valamint a szív- és érrendszeri betegségben szenvedők, azonban az átlagosnál melegebb hőmérséklet az egészséges szervezetet is megterheli, bárkinél okozhat egészségügyi panaszokat, kellemetlen közérzetet. A meleg az autósokra is kedvezőtlen hatással lehet, ezért kérjük, a dekoncentráció miatt vezessenek óvatosan. Lehetőség szerint a legmelegebb órákban, 11 és 15 óra között ne tartózkodjunk a napon, illetve a bőrünket megfelelő ruházattal és napvédő szerekkel védjük a leégés ellen. 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. 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. Avar- és kerti hulladék égetése tilos, de otthon bográcsozni és grillezni szabad, de egyetlen percre se hagyjuk magára a tüzet.

A nagy hőségben megnőhet a szén-monoxid miatti riasztások száma is. Ennek oka, hogy a kémény belső hőmérséklete hidegebb, mint a külső hőmérséklet, a beszorult hideg levegő pedig néhol nem engedi kiáramolni az égéstermék. A légdugó miatt az égéstermék visszaáramlik a vízmelegítőbe és másodpercek alatt mérgező szén-monoxid jöhet létre, ezért fontos még nyáron is egy szén-monoxid-érzékelő ott, ahol nyílt égésterű vízmelegítővel melegítik a vizet.