

BALATONUDVARI - HŐSÉGRIADÓ TERV

2026. ÉV

A klímaváltozás egyik legfontosabb hatása, hogy a hőhullámok egyre gyakoribbá válnak. Hőhullámnak nevezik az egészségügyi szakemberek, amikor 3 egymást követő napon a hőmérséklet a 26,6 C fok küszöbérték feletti. Ezek, pedig egyre sűrűbben fordulnak elő. 1992 és 2000. között 6 hőhullám érte el hazánkat, összesen 27 igen meleg nappal. 2001-2006 között 11 hőhullám következett be 52 igen meleg nappal. A klímakutatók szerint feltételezhető a hőhullámok számának és tartamának növekedése.

A hőségriadó tulajdonképpen a klímaváltozás negatív egészségi hatásainak megelőzésére való felkészülést, és az alkalmazkodás elősegítését szolgálja.

Ennek érdekében működtetik az időjárás egészségi hatásait előrejelző rendszert.

A hőségriasztás fokozatai

1. Figyelmeztető jelzés (1. fok)

Ez csak egy belső használatra szánt figyelmeztetés, ha egy vagy két napig a napi középhőmérséklet várhatóan eléri vagy meghaladja a 25C^o-ot. Ez csak a mentőszolgálatnak szóló jelzés. Ilyenkor a halálozás napi értékeinek kb. 15%-os növekedését jelzi előre a rendszer.

2. Készültség jelzés – riasztás a lakosság számára (2. fok.)

Erre akkor kerül sor, ha

- az előrejelzés szerint a napi középhőmérséklet várhatóan legalább három egymást követő napra eléri (vagy meghaladja) a napi 25C^o-ot (kb. 15%-os növekedés a napi halálozásban).
- legalább egy napra eléri a napi középhőmérséklet a 27C^o-ot, ami pedig kb. 30%-os napi halálozás növekedésnek felel meg.

Ezek a magas napi átlaghőmérséklet olyan környezet-egészségügyi kockázatot jelentenek a lakosság számára, amely indokolja az egészségügyi ellátó rendszer figyelmeztetését és a lakosság hőhullám alatti rendszeres tájékoztatását a megnövekedett egészségi kockázatokról.

3. Riadó jelzés (3. fok)

- Kihirdetésére akkor kerül sor, ha várhatóan legalább három egymást követő napra eléri a napi középhőmérséklet a 27C^o-ot (kb. 30%-os a napi halálozásban).

Ez a kánikula helyzet megfelel a 179/1999. (XII.10.) Korm. rendelet 5. §. 2. bekezdés a) pontjában megfogalmazott „rendkívüli időjárási helyzet”-nek, amely a rendeletben előírt intézkedések elrendelését indokolja.

Hogyan működik a riasztó rendszer?

I. fokozat: egy belső figyelmeztetés, amely az Országos Mentőszolgálatnak szól.

II. fokozat: az EU által támogatott EuroHeat hőhullám előrejelző rendszere, valamint az Országos Meteorológiai Intézet adatai alapján a hőségriasztást az országos tisztifőorvos elrendeli az Népegészségügyi Szolgálat intézményei részére, akik intézkednek a kórházak, valamint a házi orvosok és a védőnői szolgálat felé.

Egyidejűleg tájékoztatást kap

- Az Országos Mentőszolgálat
- Az Országos Munkavédelmi és Munkaügyi Főfelügyelőség (OMMF)
- Az Országos Katasztrófavédelmi Főigazgatóság
- Az önkormányzatok
- A lakosság tájékoztatása: írott és elektronikus médián keresztül történik

Ki, mit tesz?

A Népegészségügyi Szolgálat értesítik **a kórházakat** a rendkívüli időjárási helyzetről, és speciális ápolási teendők alkalmazására intézkedik.

Ugyancsak értesítik **a házi orvosi szolgálatot** a rendkívüli időjárási helyzetről,

- *felhívja a figyelmet a veszélyeztetett lakosságcsoportok fokozott figyelemmel kísérésére,*
- *a sürgősségi gyógyszerkészlet feltöltésére,*
- *a gyógyszerek hűtőszekrényben való tárolására,*
- *a gyógyszerek mellékhatásainak megelőzésére,*
- *a házi orvosokat és gyógyszerészeket a lakosság tanácsokkal és információval való ellátására.*

Értesítik az önkormányzatokat, felhívják a figyelmet a következő intézkedések megtételére:

- Hőségtervek aktiválására.
- Szociális ellátó intézményekben egy meghatározott feladatsor elvégzésére.
- Házi gondozó szolgálatnál
- Ivóvíz biztosítása a közterületeken
- Gyakoribb locsolás az esti órákban (közutak, parkok)
- Igénybe vehető légkondicionált közintézmények listájának közzététele
- Hosszantartó aszály esetén fellépő hőséghullám idején fokozott ellenőrzés a megfelelő minőségű ivóvíz biztosítása érdekében. A vízkorlátozással kapcsolatos helyi intézkedések elrendelésében való közreműködés.
- Villamos áramszolgáltatás zavartalanságának biztosítása
- Hajléktalanokkal való törődés, ivóvíz biztosítása
- Bölcsődék, óvodák, napközi otthonok, nyári táborok értesítése

A lakosság tájékoztatása a veszélyekről és a megelőzés lehetőségeiről

III. fokozatú riasztás : Ez rendkívüli, katasztrófa helyzetnek minősül, ebben az esetben a Fővárosi / megyei védelmi bizottság dönt a rendkívüli intézkedések meghozataláról az országos illetve megyei tisztifőorvos kezdeményezésére.

Tennivalók:

- a/ a II. fokozatban leírtak végrehajtása,
b/ a megnövekedett betegellátás megszervezése.

- A mentőszolgálat bevethető egységei számának növelése
- Fekvőbeteg ágyak felszabadítása a sürgősségi esetek ellátására
- Megfelelő létszámú orvos és ápolószemélyzet biztosítása
- Az ellátás technikai feltételeinek biztosítása
- Holttestek hűtésének biztosítása

A lakosság teendői:

A magas UV sugárzás miatt **lehetőség szerint ne tartózkodjanak a tűző napon délelőtt 11 óra és délután 15 óra között.**

Folyamatosan **gondoskodjanak a megfelelő UV sugárzás elleni védelemről** (fényvédő krémek használata, sapka/kalap, laza világos ruházat viselése, árnyékban tartózkodás).

A hirtelen nagy hőmérséklet ingadozás elkerülése érdekében a légkondicionált helyiségekbe való belépéskor megfelelő ruházatról gondoskodjanak, mivel a nyári meghűléses megbetegedések többsége ezáltal elkerülhető.

A rendszeres folyadékpótlás biztosítása – ivóvíz fogyasztással! Emellett a só pótlásáról is gondoskodjanak (ásványvíz fogyasztása, sós ételek).

Hasznos tanácsok mindenkinek hőségriadó idejére

- A hőséget nehezebben viselik el a csecsemők, a kisgyermek, az idősek, a fogyatékosok, a szívbeteg, a magas vérnyomásban szenvedők. Rosszullét esetén azonnal forduljanak orvoshoz!
- Kánikulában hasznos a különösen meleg, dél körüli órákat otthon, besötétített, hűvös szobában tölteni.
- A bevásárlást a kora reggelre vagy a késő délutánra időzítsük. Halasszuk el a nehéz fizikai munkát.
- Felfrissít, ha langyos vagy hideg vízzel lezuhanyozunk, akár naponta többször is.
- Széles karimájú nyári kalappal, napszemüveggel és fényvédő krémmel védekezhetünk a nap, égető sugarai ellen.
- Tanácsos éjszaka alaposan átszellőztetni a lakást; jó szolgálatot tesz a ventilátor, a légkondicionáló.
- Csecsemőt, kisgyermeket nem szabad hőségben sétáltatni, árnyékban levegőztessük.
- Ne hagyjunk sem gyermeket, sem állatot szellőzés nélküli, lezárt parkoló autóban!

Kerüljük a meleget	Fontos megjegyzések
Hűtse lakását!	Fontos a szobahőmérséklet mérése!!
Napközben tartsa az ablakokat csukva, használjon függönyt vagy egyéb sötétítőt. Lehetőleg éjszaka szellőztessen. Kapcsolja ki a nem fontos elektromos készülékeket (még a világítást is). Ha van légkondicionáló berendezése, ennek működtetése idején tartsa csukva az ajtót és az ablakot.	Hőhullámok idején, amikor a külső hőmérséklet 35-39 °C közötti, az ideális belső hőmérséklet 28 fok körüli. Nem javasolt a túlzott légkondicionálás. A ventilátort csak rövid ideig lehet használni, mivel kiszárítja a szervezetet! Fontos a fokozott folyadékpótlás!
Ha a fent említettek nem valósíthatók meg, töltsön el legalább 2-3 órát légkondicionált helyen.	Biztosítva van-e a hűtött helyek elérhetősége? Csak ennek megléte esetén ajánlható!
A következő nyárra gondoljon arra, hogyan hűtheti lakását („hideg”festék, párologató, zöld növények).	
Tartsa testhőmérsékletét alacsonyan, és fogyasszon sok folyadékot, előzze meg a kiszáradást.	
Gyakran zuhanyozzon vagy fürödjön langyos vízben.	Időseknél növelheti az elesés veszélyét.
Használjon vizes borogatást, hűtse lábát langyos vízben.	
Viseljen világos, természetes alapanyagú, bő ruhát. Ha a napra megy, viseljen széles karimájú kalapot és napszemüveget.	
Rendszeresen fogyasszon folyadékot, ne fogyasszon alkohol és magas cukortartalmú italokat.	Fontos a só pótlás! Fogyasszanak ásványvizet! Vízmérgezés veszélye! A koffein vízhajtó hatására is fel kell hívni a figyelmet
Ha rendszeresen szed gyógyszert, kérdezze meg kezelőorvosát, hogyan befolyásolják a gyógyszerek a folyadékegyensúlyt.	A lázas betegekre különösen oda kell figyelni! Fokozattan ügyeljünk a lázas gyermekek folyadékpótlására
Ellenőrizze testhőmérsékletét!	Fontos tudatosítani, hogy ha a testhőmérséklet 38 fok fölé emelkedik, az már káros az egészségre. 39 fok felett hőség! 40 fok felett életveszélyes állapot!

Tárolja gyógyszereit megfelelő hőmérsékleten	Ha a szobahőmérséklet 25 fok fölé emelkedik, célszerű a gyógyszereket hűtőben tárolni akkor is, ha ez nincs ráírva a dobozra!
Keresse fel orvosát, ha krónikus betegségekben szenved, vagy többféle gyógyszert szed. Ha bármi szokatlan tünetet észlel, azonnal keresse fel orvosát.	
Tájékozódjon az igénybe vehető segítségekről.	

Légkondicionált közforgalmi intézmény a községben nincs.

Közterületen működő ivókutak száma: 4 db, egy a Balatonudvari Strand területén, egy a Fövényesi strand területén, egy kút a köztemetőben található, egy kút a Születésparkban található.

Kérjük, akinek problémája van, vegye igénybe az önkormányzati kirendeltség ügyintézőinek segítségét, de a falugazda is készséggel áll a lakosság szolgálatára.
Azonnali sürgős esetben kérjük, hívja a mentőket **a 104-es** vagy **112-es** telefonszámon!

Balatonudvari, 2026. 06. 19.

Balatonudvari Község Önkormányzat nevében
Sötét György polgármester