



Felhívás a lakosság részére –III. fokú hőségriasztás elrendelése

Tisztelt Lakosság!

Tájékoztatjuk Önöket, hogy az Országos Tisztifőorvos az ország egész területére vonatkozóan 2026. július 30. csütörtök (00:00 órától) augusztus 04. kedd (24:00 óráig) III. fokú hőségriasztást rendelt el.

A hőségriadóval kapcsolatban a Katasztrófavédelem és a Nemzeti Népegészségügyi és Gyógyszerészeti Központ tájékoztatót tett közzé, amelyek az alábbi hivatkozáson érhetőek el:

<https://bacs.katasztrofavedelem.hu/23625/hirek/298262/csutortoktol-harmadfoku-hosegriasztas>

<https://nngyk.gov.hu/hu/tovabbi-hirek/csutortoktol-erkezik-az-ujabb-nagy-hohullam.html>

A tartós hőség jelentős megterhelést jelent az emberi szervezet számára, ezért kérjük a lakosságot, hogy a hőségriadó időtartama alatt fokozottan ügyeljenek saját és hozzátartozóik egészségének megóvására.

Kérjük, tartsák be az alábbi óvintézkedéseket:

Gondoskodjanak a rendszeres folyadékpótlásról, elsősorban víz fogyasztásával. Kerüljék az alkoholos, magas koffeintartalmú és cukrozott italokat.

A legmelegebb órákban (11:00 és 15:00 óra között) lehetőség szerint tartózkodjanak hűvös helyen, és kerüljék a megterhelő fizikai munkát.

Viseljenek könnyű, világos színű ruházatot, fejfedőt és UV-védelmet biztosító napszemüveget, valamint használjanak megfelelő fényvédő készítményt.

Árnyékolják otthonukat, és a hűvösebb esti, éjszakai órákban szellőztessenek.

A rendszeresen szedett gyógyszereket mindig a betegtájékoztatóban előírt hőmérsékleten tárolják.

Fordítsunk kiemelt figyelmet a veszélyeztetett személyekre!

A hőség különösen megterhelő az idősek, a kisgyermek, a várandósok, a krónikus – különösen szív- és érrendszeri, légzőszervi, anyagcsere- és vesebetegségben szenvedő – betegek, valamint a szabadban dolgozók számára. Kérjük, naponta keressék fel vagy hívják fel egyedül élő idős hozzátartozóikat, szomszédaikat, és győződjenek meg arról, hogy elegendő folyadékot fogyasztanak, illetve megfelelően tudják hűteni lakásukat.

Rosszullét esetén

A tartós hőség kiszáradást, vérnyomásesést, szédülést, ájulást, súlyosabb esetben hőgutát is okozhat. Ha valaki rosszul lesz, vigyék hűvös helyre, kezdjék meg testének hűtését, szükség esetén pedig haladéktalanul hívják a 112-es segélyhívó számot.

Gyermekeket és állatokat soha ne hagyjanak autóban!

A parkoló gépkocsi utastere néhány perc alatt életveszélyesen felmelegedhet. Gyermekeket, idős embert vagy háziállatot még rövid időre sem szabad a járműben hagyni. Amennyiben ilyen esetet észlelnek, azonnal értesítsék a 112-es segélyhívót.

Fokozott tűzveszély

A tartós szárazság miatt jelentősen megnő a szabadtéri tüzek kialakulásának veszélye. Kérjük, a hőségriadó idején mellőzzék a szabadtéri tűzgyújtást, és fokozott körültekintéssel járjanak el a tüzesetek megelőzése érdekében.

Nyílt égésterű vízmelegítő használata esetén ajánlott megfelelő szén-monoxid-érzékelő alkalmazása, mivel a nagy melegben kialakuló kedvezőtlen légáramlási viszonyok növelhetik a szén-monoxid kialakulásának kockázatát.

A lakosság számára igénybe vehető légkondicionált helyiségek listája, valamint a hőségriasztással kapcsolatos további információk a [katasztrófavédelem honlapján](#) és a VÉSZ mobilalkalmazásban érhetők el.

Kérjük a lakosságot, hogy a hőségriadó idején fokozott óvatossággal járjanak el, és fordítsanak kiemelt figyelmet egymásra. Az elővigyázatosság és az egymás iránti odafigyelés hozzájárulhat a hőség okozta egészségügyi kockázatok csökkentéséhez.

Kunpeszér Község Önkormányzata