



HAJDÚ-BIHAR MEGYEI KORMÁNYHIVATAL

BALMAZÚJVÁROSI JÁRÁSI HIVATALA

Ügyiratszám: HB-01R/053/ 02135-18/2015

Tárgy: Hőségriasztás

Ügyintéző: Richard Richard

Melléklet: tájékoztató függelékek

Telefon: 52/420-015/213. m

Kérjük, hogy válaszlevelében az iktató számunkra és ügyintézőnkre hivatkozni szíveskedjen.

Valamennyi Települési Önkormányzat Polgármestere

Valamennyi Bentlakásos Szociális Intézmény Vezetője

Valamennyi házi orvos és házi gyermekorvos

Valamennyi Központi Házi orvosi ügyelet Vezetője

Valamennyi gyógyszerértárvezető

Helyi Védelmi Bizottságok

részére

Székhelyén

Tisztelt Cím!

A Hajdú-Bihar Megyei Kormányhivatal Balmazújvárosi Járási Hivatal Népegészségügyi Osztálya részéről tájékoztatom, hogy Dr. Paller Judit megbízott országos tisztifőorvos az Országos Meteorológiai Szolgálat előrejelzési adatai, valamint az Országos Közegészségügyi Központ szakmai ajánlásait figyelembe véve az ország egész területére vonatkozóan

2015. augusztus 29-én 00.00 órától 2015. szeptember 1-én 24.00 óráig 2. fokú hőségriasztást adott ki.

A hőség fokozottan megviseli szervezetünket. A különösen veszélyeztetettek (csecsemőkre, kisgyermekekre, 65 évnél idősebbekre és a szív- és érrendszeri betegségben szenvedőkre) fokozott veszélyt jelent a kánikula, ugyanakkor a lakosság többi részének is jobban oda kell figyelnie a fokozott vízpótlásra, valamint testük hűtésére.

Népegészségügyi Osztály

4028 Debrecen, Rózsahegy u. 4. Telefon: (36 52) 420-015 Fax: (36 52) 536-695 E-mail: titkarsag.balmazujvaros@ear.antsz.hu

A 2. fokozat fennállása esetén a magas hőmérsékletek elleni védekezés céljából - a mellékletben csatolt információkat a megfelelő helyeken ki kell helyezni – és felhívom a figyelmet az alábbiakra:

1. A veszélyeztetett lakosságcsoportokat fokozott figyelemmel kell kísérni.
2. A sürgősségi gyógyszerkészlet feltöltéséről gondoskodni kell.
3. A gyógyszerek hűtőszekrényben való tárolását biztosítani kell.
4. A gyógyszerek mellékhatásainak megelőzésére gondot kell fordítani.
5. A háziorvosoknak és gyógyszerészeknek felelősségük van a lakosság tanácsokkal és információval való ellátásában.

Az Önkormányzat feladata továbbá:

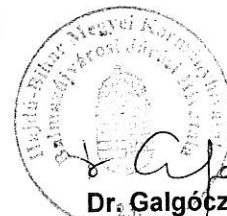
1. Szociális ellátó intézményekben és a házi gondozó szolgálatnál a felkészülés segítése.
2. Ivóvíz minőségű víz biztosítása a közterületeken.
3. Gyakoribb locsolás az esti órákban (közutak, parkok).
4. Igénybe vehető légkondicionált közintézmények listájának közzététele.
5. Hosszantartó aszály esetén fellépő hőség hullám idején az ivóvízellátás célzott, illetve fokozott ellenőrzése a megfelelő mennyiségű és minőségű ivóvíz biztosítása érdekében.
6. Villamos áramszolgáltatás zavartalanságának biztosítása.
7. Hajléktalanokkal való törődés, ivóvíz biztosítása.
8. Bölcsődék, óvodák, napközi otthonok, nyári táborok értesítése.

Kérem, hogy a rendelkezésére álló eszközökkel, a mellékelt háttéranyag felhasználásával, a lakosság tájékoztatása mellett, a megfelelő intézkedések megtételével, szíveskedjenek mindent elkövetni a területükön tartózkodók hőség-védelme érdekében.

Debrecen, 2015. augusztus 28.

Szabadi Magdolna járási hivatalvezető nevében és megbízásából:

Tisztelettel:



Dr. Galgóczi Ágnes
járási tisztifőorvos
osztályvezető

1. sz. függelék: Speciális ápolási tanácsok

Ajánlások fekvőbeteg ellátó intézmények részére

- a gyakoribb hőmérőzés (a testhőmérséklet emelkedésének ellenőrzése, illetve annak meggátlása – borogatás, gyakori test lemosás)
- a fokozott perspiráció (izzadás) miatt fokozott folyadékpótlás per os, illetve parenterálisan,
- a gyakoribb ágyneműcsere,
- a meleget kísérő ájulások tüneteire felhívni a betegek és a személyzet figyelmét,
- a hőség miatti bőrkiütések figyelemmel kísérése és annak ellátása,
- a krónikus betegségben szenvedők (hypertonia, krónikus vese- és májbeteg, cukorbeteg, stb.) fokozott figyelemmel kísérése,
- az egyes kórképekben alkalmazott gyógyszerek – a hőség miatt kialakuló – hatásváltozásának figyelemmel kísérése (pl.: béta blokkolók, antihistaminok, antidepresszánsok)
- a nem sürgős műtétek – a beteggel történt megbeszélés után – esetleges halasztása, ha tartós fekvés a beavatkozás következménye,
- az elektrolitok ellenőrzése mindazon betegségekben, ahol a fokozott sóvesztés kockázati tényezőt jelent,
- a szakmai szabályok figyelembe vételével, a fokozott környezeti hőhatás miatt kerüljön előtérbe az adott kórképek ellátása.
- a munkabeosztás ésszerű megszervezése, a munkatársak megfelelő pihenése biztosítása a túlzott megterhelés elkerülése miatt.
- az osztályokon korai szellőztetés, ventillátorok beállítása, korai sötétítés a déli oldalakon.
- a súlyos betegek légkondicionált örzőben történő elhelyezése.
- a műtetre váró esetek légkondicionált előkészítőben, illetve az ambuláns ellátásra szorulóknak légkondicionált folyosón történő elhelyezése.
- megfelelő mennyiségű védőital kiosztása az ápoló személyzet és az ápoltak között, ill. a hűtőkapacitást megnöveltük.
- műszaki ügyelet megerősítése, a folyamatosan működő légkondicionálók meghibásodása esetére.

3. sz. függelék: A főbb üzenetek a lakosság részére

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!
Kerülje a megterhelő fizikai munkát, tartózkodjék árnyékban a legmelegebb órákban	
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 fürdjön 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 sópótlásra való figyelmeztetés! Vízmérgezés veszélye! A koffein vízajtó 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 hőséguta! 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 betegségeiben szenved, vagy többféle gyógyszert szed. Ha bármi szokatlan tünetet észlel, azonnal keresse fel orvosát	
Tájékozódjon az igénybe vehető segítségekről	