

ČHMÚ vydal výstrahu

3.7.2015 09:38

V nejbližších dnech se budou maximální denní teploty vzduchu zvyšovat. V západní polovině Čech budou v pátek 3. 7. a v sobotu 4. 7. přesahovat maximální teploty místy 31 °C, od neděle 5.7. 34 °C. Na ostatním území budou teploty místy přesahovat 31 °C od soboty, na jižní Moravě budou od neděle překračovat i 34 °C. Od pondělí je očekáván další vzestup teplot pravděpodobně se zvýšením stupně nebezpečí. Od pátku se bude také zvyšovat riziko vzniku požárů.

Z důvodu možného přehřátí a dehydratace organismu doporučujeme:

- Omezit tělesnou zátěž a nepobývat na přímém slunci v poledních a odpoledních hodinách.
- Nenechávat děti, ale i zvířata, na přímém slunci, zejména ve stojících automobilech.
- Zvýšit konzumaci neslazených nealkoholických nápojů bez kofeinu, přednostně neperlivých, které je vhodné kombinovat s minerálními vodami.
- Děti do 20 kg by měly vypít 1,5 až 2 l nápojů denně, starší děti a dospělí kolem 3 l denně. Není vhodné pít ledově vychlazené nápoje.
- Při pobytu na přímém slunci používat ochranné prostředky (krémy s vysokým UV filtrem, sluneční brýle, pokrývku hlavy).
- Při použití klimatizace udržovat teplotní rozdíl mezi venkovním a klimatizovaným prostředím maximálně kolem 5 st.C.
- Věnovat zvýšenou pozornost malým dětem, nemocným a starším občanům.
- Kdekoliv v přírodě nerozdělávat oheň, nekouřit, vyhnout se používání přenosných vařičů i jiných zdrojů otevřeného ohně.

ČHMÚ

odkaz na článek: