HAJDÚ-BIHAR MEGYEI
KORMÁNYHIVATAL

BALMAZÚJVÁROSI JÁRÁSI HIVATALA

Ügyiratszám: HB-01/NEO/02120-2/2019
Ügyintéző: Molnár Nikolett
Telefon: +36 52/550-681

Tárgy: Hőségriasztás elrendelése
Melléklet: 2 db.

Valamennyi Települési Önkormányzat Polgármestere
Valamennyi Bentlakásos Szociális Intézmény Vezetője
Valamennyi háziorvos és házi gyermekorvos
Valamennyi Központi Háziorvosi ügyelet Vezetője
Valamennyi gyógyszertárvezető
Helyi Védelmi Bizottságok

részére

Székhelyén

Tisztelt Cím!

A Hajdú-Bihar Megyei Kormányhivatal Balmazújvárosi Járási Hivatala Népegészségügyi Osztálya részéről tájékoztatom, hogy az Országos Tisztifőorvos az Országos Meteorológiai Szolgálat előrejelzési adatai, valamint a Nemzeti Népegészségügyi Központ szakmai ajánlásait figyelembe véve az ország egész területére vonatkozóan

2019. június 12-én (szerda) 00.00 órától 2019. június 16-án (vasárnap) 24.00 óráig III. fokú hőségriasztást adott ki.

A hőség fokozottan megviseli szervezetünket. A különösen veszélyeztetettekre (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.

A II. fokozat fennállása esetén a magas hőmérsékletek elleni védekezés céljából – a mellékletben csatolt információkat a megfelelő helyeken ki kell helyezni – 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 hőséghullám idején az ivóvízellátás célzott, illetve fokozott ellenőrzése a megfelelő mennyiségű és minőségű ivóvíz biztosítása érdekében.

Népegészségügyi Osztály
4028 Debrecen, Rózsahegy u. 4. Telefon: (36 52) 550-700, 550-688, Fax: (36 52) 536-695
E-mail: nepegeszsegugy.balmazujvaros.jh@hajdu.gov.hu

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 lakosság tájékoztatása mellett, a megfelelő intézkedések megtételével, szíveskedjenek mindent elkövetni a területükön tartózkodók hőség-védelme érdekében.

Debrecen, 2019. június 12.

Tisztelettel:

Dr. Nagy Ágnes
járási tisztiorvos

Népegészségügyi Osztály
4028 Debrecen, Rózsahegy u. 4. Telefon: (36 52) 550-700, 550-688, Fax: (36 52) 536-695
E-mail: nepegeszsegugy.balmazujvaros.jh@hajdu.gov.hu

SZAKMAI AJÁNLÁSOK
ELJÁRÁSRENDEK

SPECIÁLIS ÁPOLÁSI TANÁCSOK HŐHULLÁMOK IDEJÉRE

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 ájulásos tünetekre felhívni a betegek és a személyzet figyelmét,
- a hőség miatti bőrkiütések figyelemmel kísérése és annak ellátása,
- a krónikus betegségben szenvedők (hypertonia, krónikus vese- és májbetegek, cukorbetegek, 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 őrzőben történő elhelyezése.
- a műtétre váró esetek légkondicionált előkészítőben, illetve az ambuláns ellátásra szorulók 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.

Intézményi felkészülés segítése

A kiértesített intézmények számára javasoljuk, hogy a rendelkezésükre álló lehetőségek (fizikai és szervezési adottságok) birtokában minden tőlük telhetőt tegyenek meg a területükön átmenetileg vagy állandóan tartózkodó sérülékeny csoportok, személyek hőség-védelme érdekében – a hőség-védelem mind az intézmény munkatársaira, mind a befogadott személyekre az érintettség mértékében egyaránt kell vonatkozzon.

Az erre történő felkészülés javasolt feladatai a következők[1]:

1. Az érzékeny, sérülékeny csoportok és személyek számbavétele.
2. Szituációk és azokkal kapcsolatos helyszínek meghatározása (pl. étkezés a konyha melletti helységben, társas összejövetel szűk, levegőtlen helységben stb.).
3. Az intézmény azon körülményeinek (szellőzés, árnyékolás hiányosságai, hűvös terek hiánya, hőségben is mesterségesen melegített helység /pl. konyha, zuhanyozó/ stb.) feltérképezése, amelyek a hőségből adódó potenciális sérülést befolyásolják.
4. Az intézmény hőségveszély enyhítésére, megszüntetésére szolgáló lehetőségeinek számbavétele
   - a technikai megoldások,
   - a szervezési intézkedések, valamint
   - az egyéb (pl. fokozott orvosi ellenőrzés stb.) lehetőségek terén.
5. Intézményen kívüli segítséget nyújtó szervezetek és elérhetőségük felkutatása.
6. Reálisan végrehajtható, egyszerű intézkedésekből álló cselekvési terv összeállítása a fenti 1-5. pontok ismeretében a három hőség-előrejelzési fokozat esetére. A terv vezetőség részéről történt elfogadása után annak ismertetése mind az intézmény teljes munkatársi állományával, mind az intézményben befogadott, elsősorban sérülékeny csoportokkal (személyekkel). Ennek során kívánatos azt is megbeszélni, ki milyen módon tud adott alkalommal szervezetten vagy öntevékenyen részt venni a védekezésben.
7. Elhatározás arra vonatkozóan, hogy a lezajlott védekezés tapasztalatait utólag rendszeresen elemezzék, a következtetéseket levonják és módosításokat végrehajtsák. Szükség esetén célszerű a fontos vagy újszerű tapasztalatokat az Országos Környezet-egészségügyi Intézet felé jelezni.

A fentiekben javasolt feladatokat az intézmény vezetősége saját belátása szerinti módon és eszközökkel hajtja végre, de a fenti átfogó intézkedés és annak rövid, korrekt dokumentálása minden érintett intézmény részéről elvárható.

---

[1] A hőhullámokra történő megelőző felkészülés érdekében ajánlatos figyelembe venni néhány alapelvet. Ilyen alapelvek (a) veszélyek differenciált tudatosítása, (b) a rizikócsoportok veszélyeztető hatástól való izolációjának fokozása (c) a rizikócsoportok- a tevékenység- és a helyszínfüggő sérülékenységi hajlamok megelőző csökkentése, (d) ahol ez reális, ott az önvédelmi képességek növelése, (e) a krízis-beavatkozás optimális feltételeinek megelőző kiépítése, valamint (f) a védekezés rugalmasan igénybe vehető fizikai, pénzügyi és emberi tartalékainak létrehozása, kijelölése.

A FŐBB ÜZENETEK A LAKOSSÁG RÉSZÉRE HŐHULLÁMOK IDEJÉN

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 ventillátort 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 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 sópótlásra való figyelmeztetés! Vízmérgezés veszélye! A coffein 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 hőguta! 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	

ELEKTRONIKUS MÁSOLAT ZÁRADÉKA

HAJDÚ-BIHAR MEGYEI KORMÁNYHIVATAL

Hajdú-Bihar Megyei Kormányhivatal
2019.06.12 09:30:14 +02'00'

Az eredeti papíralapú dokumentummal egyező.[1]

Ezen lap nem része az eredeti iratnak, kizárólag a jogszabályi megfelelőséghez szükséges záradékolás megjelenítését szolgálja.

[1] Az elektronikus ügyintézés részletszabályairól szóló 451/2016. (XII. 19.) Korm. rendelet 55. § (2) bekezdése alapján meghatározott hitelesítési záradék.