

## HŐSÉGRIASZTÁS a városban!

Tájékoztatjuk a kedves komáromiakat, hogy a Komárom-Esztergom Megyei Kormányhivatal Komáromi Járási Hivatal Járási Népegészségügyi Intézet riasztása szerint Komáromban a napi középhőmérséklet legalább ma (07.12.) éjjél meghaladja a 25 C-ot /27 C-ot, ami az egészségre ártalmas lehet. Ezért a város területére vonatkozóan hőségriasztást rendeltek el.

A hőhullám élettani hatásai: hőstresszt, napszúrást és hőségütést okozhat. Kérem a lakosságot, különösen a betegeket, a 0-14 éves korú gyermekeket és az idősebb korosztályt, hogy kerüljék a szabadban tartózkodást, illetve tartózkodjanak minél többet árnyékban vagy hűvös/klimatizált helyiségekben a további információig.

A hőhullám hatásainak csökkentése érdekében az alábbi intézkedéseket tettük: egészségvédelmi ajánlások közzététele a lakosság és a városi intézmények körében, a város közterületein lévő ivóvíz kutaknál vízvételi lehetőség biztosítása

A városban ivóvíz kutak az alábbi helyeken találhatóak:

1. Igmándi út artézi kút
2. Igmándi út Kalmár köznél
3. Klapka György út 8. buszmegállónál
4. Jókai tér
5. Madách utca - Rüdiger tónál
6. Szabadság tér
7. Zrínyi utca
8. Frigyes lakótelep Hétvezér utcánál a park oldalában
9. Tóparti lakótelep játszótéren
10. Vásár tér
11. Koppányvezér utca – Áprily Lajos utcánál
12. Koppányvezér utca- Tulipán utcánál (Postaréti felé)
13. Koppánymonostor Hajóvontató part (Szabad strandnál)
14. Koppánymonostor Újszállási út (Magtárnál)
15. Koppányvezér u.311. (Szúnyogvárnál)
16. Komáromi köztemetőben

- A Komáromi Városgazda Nonprofit Kft a sűrűn lakott utcákban a közutat legalább napi 12 órában locsolja; a virágok, fák locsolását naponta 8 órában végzi locsoló kocsival reggel 5 órától 13 óráig, valamint gondoskodik az automata öntözőberendezések elindításáról is.

- Klimatizált közösségi helyiség nyitva tartása (Városháza Díszterme, Szabadság tér 1.)

- A Szabadság téren működő párasítók 10/15 perces időközönként való elindítása.

- Villamos áramszolgáltatás és ivóvízellátás zavartalanságának biztosítása Komárom területén

Akinek van elektromos ventilátora, légkondicionálója, használja a nagy melegben! Lehetőleg éjjel szellőztessen!

Széles karimájú kalappal, napszemüveggel és szükség szerint megfelelő naptejrel védje magát és gyermekét!

Csecsemőket, kisgyermeket árnyékban levegőztessünk.

Ne sétáltassunk a hőségben kisbabát!

Sose hagyjunk gyermekeket, állatokat zárt, szellőzés nélküli parkoló autóban!

A babák különösen sok folyadékot igényelnek. Ha szükséges a szoptatáson kívül is kínáljuk őket tiszta vízzel, vagy pici sót is tartalmazó, citromos teával a szoptatás után!

Azok, akik szívgyógyszert szednek, a vízajtás mellett is fogyasszanak elegendő mennyiségű folyadékot, azaz a szokásosnál egy literrel többet a forró napokon!

A 65 évnél idősebbek, különösen a szívbetegségekben és magas vérnyomás betegségben szenvedők a melegben fokozódó panaszaikkal azonnal forduljanak orvoshoz!

Nagy melegben zuhanyozzon langyos vagy hideg vízzel akár többször is!

Ha van elektromos ventilátora, használja a nagy melegben!

Kánikulai napokon a különösen meleg dél körüli, kora délutáni órákat töltsen otthon, besötétített szobában, viszonylag hűvösben!

Forró nyári napokon ne a legmelegebb órákra időzítse a bevásárlást!

Töltsön 1-2 órát légkondicionált helyiségben!

Ha kánikulában a szabadban sportol, gyakran hűtse magát és fogyasszon több folyadékot! Fontos a só pótlása is!

Széles karimájú kalappal, napszemüveggel védjék magukat a nap égető erejétől!

Könnyű, világos színű, bő szabású, pamut alapanyagú ruhát hordjanak forró napokon!

Ha szükséges bőrtípusnak megfelelő fényvédő krémmel naponta többször kenjék be bőrüket!

Nagy melegben zuhanyozzon langyos vagy hideg vízzel akár többször is!

Töltsön 1-2 órát légkondicionált helyiségben!

Kérjük, hogy az ajánlásokat feltétlenül tartsák be egészségük védelme érdekében!

Tisztelettel:

Komárom Város Önkormányzata