



HŐSÉGRIASZTÁS!

Az országos tisztifőorvos az Országos Meteorológiai Szolgálat előrejelzései adatai alapján, valamint a Nemzeti Népegészségügyi Központ szakmai ajánlásait figyelembe véve

2022. július 20. (szerda) 00:00 órától
2022. július 23. (szombat) 24:00 óráig
III. fokú hőségriasztást adott ki.

Ezekon a napokon az előrejelzések szerint a **napi középhőmérséklet várhatóan legalább három egymást követő napon eléri (vagy meghaladja) a 27 °C-ot.**

Felhívjuk a Lakosság figyelmét, hogy az elkövetkező napokban különösen **ügyeljenek a fokozott folyadékbevitelre.** Tanácsos kerülni a kávé, az alkohol, a magas koffein- és cukortartalmú üdítők és zsíros ételek fogyasztását. **11 és 15 óra között lehetőség szerint ne tartózkodjanak a tűző napon.** Megfelelő ruházattal és naptejjel **védjék bőrüket a leégés ellen.** **Ne hagyják a gyermekeket, állatokat parkoló autóban.** Aki teheti, töltsön több órát légkondicionált helyiségben.

A nagy hőség bárkinél okozhat egészségügyi panaszokat, kellemetlen tüneteket, dekoncentrációt, de vannak **különösen veszélyeztetett csoportok.** Ilyenek például a **kisgyermek**ek, az **idősek**, valamint a **szív- és érrendszeri betegségben szenvedők.** Az **autóval közlekedők** figyelmére is kedvezőtlen hatással lehet a nagy meleg, fokozott óvatossággal kell vezetni. Akik a kánikulát vízparton töltik, napozás után hűtsék le magukat mielőtt a vízbe mennének, ne ugorjanak a vízbe felhevült testtel.

További információk:

http://oki.antsz.hu/lakossagnak/hohullam_egeszsegkarosito_hatasai

A bárki által – nyitva tartásuk függvényében- elérhető légkondicionált helyiségek listája Győrben:

Győr	Győr, Budai u. 1.	ÁRKÁD Üzletház
Győr	Győr, Vasvári Pál u. 1/a	Győr PLAZA Üzletház
Győr	Győr, Arany J. u. 2	Arrabona (Kaiser) Áruház
Győr	Győr, Fehérvári u. 3.	InterSPAR
Győr	Győr, Királyszéki u.	TESCO Hipermarket
Győr	Győr, Nagysándor József u. 31.	ETO Park

Kérjük, hogy mindenki fokozottan tartsa be az egészségmegőrzésre vonatkozó tanácsokat!