



24. Juni 2019

Hitzewelle

Warnhinweise der Dienststelle für Gesundheitswesen und des Kantonsarztes

MeteoSchweiz kündigt ab heute für mindestens sieben Tage hohe Temperaturen an. Die Höchsttemperaturen bewegen sich um die 35 Grad Celsius mit möglichen Spitzenwerten von bis zu 36 bis 37 Grad Celsius. Diese Wetterbedingungen können ernsthafte Folgen auf die Gesundheit von gefährdeten Personen haben. Der Kantonsarzt erinnert daran, sich vor der Hitze zu schützen, ausreichend zu trinken und auf gefährdete Angehörige und ältere Nachbarn besonders zu achten.

Im Rahmen ihres Hitzewellenplans beobachtet die Dienststelle für Gesundheitswesen (DGW) seit dem 1. Juni die Wetterentwicklung. Die aktuelle Wettervorhersage bestätigt eine Hitzewelle ab heute bis mindestens Ende der Woche. Dazu ist mit zwei zusätzlichen Faktoren zu rechnen, die gesundheitsschädigende Wirkung haben können: die nächtlichen Temperaturen fallen in städtischen Gebieten nicht unter 20 Grad Celsius und die Ozonwerte können die Warnschwelle überschreiten.

Die Dienststelle für Gesundheitswesen hat die Ansprechpartner im Gesundheitswesen bereits über die Hitzesituation informiert und sie aufgefordert, die nötigen Vorsichtsmassnahmen für die entsprechenden Zielgruppen zu ergreifen (unter anderem kranke sowie ältere Personen und Kleinkinder).

Der Kantonsarzt empfiehlt der Bevölkerung folgende Vorsichtsmassnahmen zu befolgen:

- **Körperliche Anstrengungen vermeiden:** zu Hause bleiben und körperliche Aktivität während der heissesten Tageszeit (zwischen 11.00 und 15.00 Uhr) beschränken und schattige Orte bevorzugen.
- **Hitze fernhalten – Körper kühlen:** Wohnung so kühl wie möglich halten, tagsüber Vorhänge zuziehen und Fensterläden schliessen und nachts lüften. Draussen Kopfbedeckung und leichte und weite Kleidung tragen. Körper kühlen mit regelmässigen Duschen oder kalten Tüchern.
- **Viel trinken – leicht essen:** ausreichende Flüssigkeitsaufnahme, oft trinken, ohne auf Durstgefühl zu warten, leichte Mahlzeiten zu sich nehmen, Alkohol sowie stark zuckerhaltige oder sehr kalte Getränke vermeiden.

Anzeichen für mögliche Hitzefolgen sind allgemeine Schwäche, Verwirrtheit, erhöhte Körpertemperatur, trockener Mund, Schwindel, Desorientierung, Übelkeit und Muskelkrämpfe. In diesen Fällen muss sofort gehandelt werden: viel trinken, Körper mit feuchten Tüchern kühlen und unverzüglich medizinische Hilfe anfordern.



Weitere Informationen sind auf folgenden Seiten abrufbar:

www.hitzewelle.ch

www.vs.ch/web/ssp/canicule

Kontaktperson:

Dr. Christian Ambord, Kantonsarzt, 027 606 49 00