

HITZEWELLENPLAN FÜR DEN KANTON WALLIS



Juni 2021

Departement für Gesundheit, Soziales und Kultur

Dienststelle für Gesundheitswesen

Kantonsarztamt

INHALTSVERZEICHNIS

1	<i>Vorwort</i>	3
1.1	Definition Hitzewelle	3
2	<i>SITUATION IM WALLIS</i>	3
2.1	Allgemeine Situation	3
2.1.1	Einfluss der Erderwärmung.....	3
2.1.2	Beispiele für besonders heisse Sommer	4
3	<i>INFORMATIONEN (VOR DER HITZEWELLE) AN DIE PARTNER UND DIE GESUNDHEITSFACHPERSONEN.</i>	5
3.1	Partner	5
3.2	Informationen vor dem Sommer	5
4	<i>HITZEWARNUNG</i>	6
4.1	Zusammenarbeit mit MeteoSchweiz	6
4.2	Die drei Hitzewarnstufen von MeteoSchweiz	6
4.3	Massnahmen des Kantons	7
3.3.1	Schema der in Handlungsphase 3 zu ergreifenden Massnahmen	9
3.3.2	Schema der in Handlungsphase 4 zu ergreifenden Massnahmen	9
5	<i>RISIKOGRUPPEN</i>	10
6	<i>VON DER BEVÖLKERUNG BEI HITZE ZU ERGREIFENDE MASSNAHMEN.</i>	11
6.1	Auswirkungen grosser Hitze auf den menschlichen Körper	11
6.2	Verhalten bei Hitze	12
7	<i>ANLAUFSTELLE HITZEWELLE</i>	13
8	<i>QUELLEN</i>	13

1 VORWORT

1.1 Definition Hitzewelle

Die Kriterien für Hitzewellen werden von MeteoSchweiz festgelegt. Bis vor kurzem wurde der Hitzeindex (Heat Index, HI) als Bewertungskriterium verwendet. Er berücksichtigte die Höchsttemperatur und die relative Luftfeuchtigkeit. Jüngste wissenschaftliche Studien haben die Grenzen dieses Index aufgezeigt und unter anderem auch die Bedeutung der Berücksichtigung von Tiefsttemperaturen verdeutlicht. Aus diesem Grund wurde von MeteoSchweiz in Zusammenarbeit mit dem Schweizerischen Tropen- und Public Health-Institut (Swiss TPH) ein neuer Index erarbeitet, der Tmean.

Von nun an beruht das Hitzewarnsystem von MeteoSchweiz auf dem Tmean-Index, d.h. auf der mittleren Tagestemperatur. Auf diese Weise werden auch die nächtlichen Temperaturen berücksichtigt, die eine erhebliche Auswirkung auf die menschliche Gesundheit haben. Des Weiteren ist auch die Dauer von Hitzewellen ein besonders aussagekräftiger Aspekt für ihre Beurteilung, das heisst, die Mindestzahl der aufeinanderfolgenden Tage, während derer die Wärmebelastung einen bestimmten Schwellenwert überschreitet.

Eine Hitzewelle liegt dann vor, wenn die Tages- und Nachttemperaturen während mindestens drei aufeinanderfolgenden Tagen hoch sind. In einem solchen Zeitraum liegen die Höchsttemperaturen zwischen 31°C und 38°C und die Tiefsttemperaturen in der Nacht zwischen 17°C und 25°C. Mithilfe der gemessenen Höchst- und Tiefsttemperaturen kann MeteoSchweiz verschiedene Stärken von Hitzewellen bestimmen und eine Hitzewarnung der Stufe 3 (erhebliche Gefahr) oder der Stufe 4 (grosse Gefahr) herausgeben.

Das Kantonsarztamt ist in Bezug auf diese Hitzewarnstufen besonders aufmerksam, da sich diese Arten von Hitzewellen negativ auf die Gesundheit auswirken und eine Gefahr für besonders gefährdete Personen (ältere Menschen, chronisch Kranke, Kleinkinder und schwangere Frauen) darstellen können.

2 SITUATION IM WALLIS

2.1 Allgemeine Situation

Das Klima im Wallis ist ein kontinentales Klima, das vom Mittelmeerraum beeinflusst wird, und zeichnet sich insbesondere durch starke Temperaturunterschiede zwischen den Jahreszeiten aus. Diese Temperaturunterschiede sind im Wallis im Allgemeinen stärker als zum Beispiel in den Regionen um den Genfersee¹.

Obwohl die Temperaturen im Wallis hoch sein können, kommt unserem Kanton aufgrund seiner geografischen Besonderheiten der Talwind als mildernder Faktor zugute. Dieser Wind entsteht durch die thermische Wärme, die an Sommertagen an den Hängen besonders stark ist. Durch die Umwälzung der Luftmassen sorgt der Wind dafür, dass die Temperaturen nicht weiter steigen, und führt bei grosser Hitze zu einem spürbaren Luftzug. Ausserdem senkt er die relative Luftfeuchtigkeit, wodurch insbesondere die Nächte kühler werden.

2.1.1 Einfluss der Erderwärmung

In Mitteleuropa ist die Erwärmung ausgeprägter als im weltweiten Durchschnitt², was deutliche Auswirkungen hat, insbesondere auf Hitzewellen und Temperaturspitzen. Die Erderwärmung wirkt sich in der Tat auf die Intensität und Häufigkeit von Hitzewellen aus. Es ist zu erwarten, dass beides in Zukunft zunehmen wird³. Wenn keine wirksamen Massnahmen gegen die Erderwärmung ergriffen werden, ist davon auszugehen, dass diese Arten von Wetterphänomenen, die bisher als extrem betrachtet wurde, bis zu einem gewissen Grad gang und gäbe werden⁴.

Die Erderwärmung führt nicht nur dazu, dass die Anzahl der Hitzewellen zunimmt, sondern auch die der Temperaturspitzen. Letztere haben einen erheblichen Einfluss auf die Gesundheit. Aus wissenschaftlichen Publikationen geht hervor, dass während Temperaturspitzen ein erhöhtes Infarktrisiko, das Auftreten von Infektionskrankheiten in Regionen, in denen sie nicht endemisch sind,

¹ Karine Pythoud, EPFL, 2007, „Etude des terroirs viticoles valaisans“

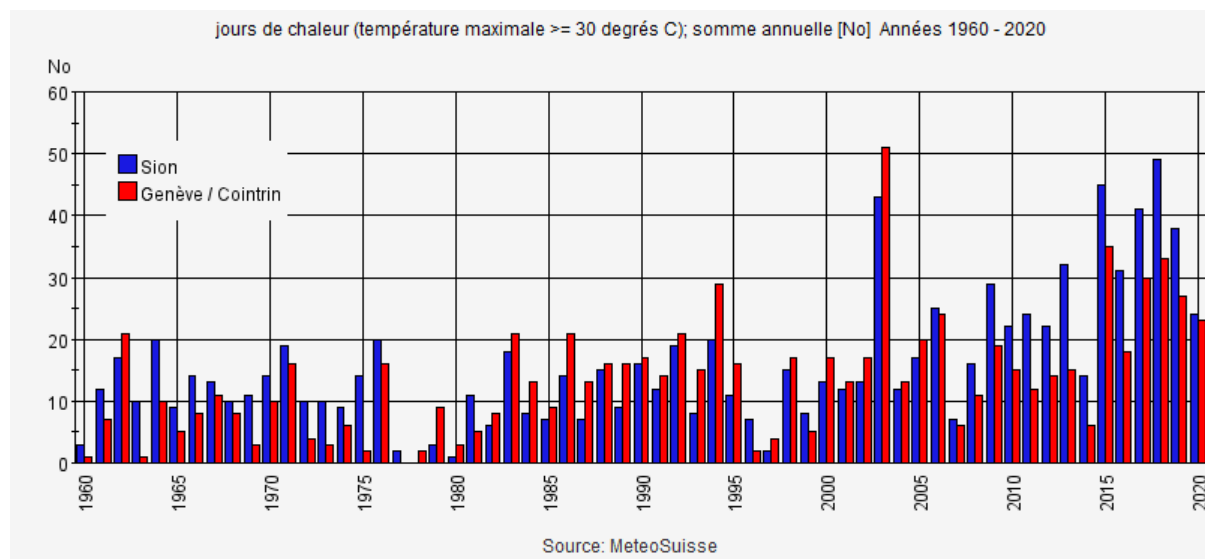
² BAG, 2013, „Klimaänderung – Ursachen, Auswirkungen und Massnahmen“

³ Urbinello, Damiano, und Künzli, Nino, 2015, „Le changement climatique concerne aussi la santé“

⁴ Urbinello, Damiano, Ragetti, Martina, und Rössli, Martin, 2015, „Was hat Klimapolitik mit Gesundheit zu tun?“

Atembeschwerden in Phasen hoher Ozonkonzentration sowie aufgrund von Zukunftsängsten Risiken für die psychische Gesundheit zu beobachten sind. Aus diesem Grund könnte die Zunahme der Risikofaktoren in Zusammenhang mit solchen Temperaturspitzen in den nächsten Jahren den Betrieb der sozio-medizinischen Systeme und Einrichtungen stören.

In der folgenden Tabelle ist die Anzahl der „tropischen“ Tage pro Jahr in Genf und in Sitten aufgeführt:



2.1.2 Beispiele für besonders heisse Sommer

Sommer 2003

In der Zeitspanne zwischen dem 3. und 13. August 2003 wurden die heissesten Temperaturen der letzten 500 Jahre gemessen. Diese führten zu einer Übersterblichkeit von 7 % (975 Todesfälle mehr als in den Vorjahren), vor allem bei älteren Menschen⁵.

Aussergewöhnlich starke Hochdruckgebiete beherrschten aussergewöhnlich lang das Wetter in der Schweiz und in anderen Ländern Mitteleuropas, wodurch diese Regionen unter dem Einfluss sehr heisser Luftmassen standen⁶. In Sitten bewegte sich die mittlere Tagestemperatur zwischen 24,7°C und 27,4°C; das Mittel während der elf Tage betrug 26°C. Die Höchsttemperaturen stiegen mehrfach auf über 37°C. Zum Vergleich: Die in Genf gemessene mittlere Tagestemperatur betrug 27,7°C. Dieser Unterschied war insbesondere darauf zurückzuführen, dass die Temperaturen in dieser Region nachts weniger stark sanken. In Städten wie Basel und Genf wurden Temperaturen von über 35°C am Tag und nicht unter 20°C in der Nacht gemessen. Dies erklärt mit Sicherheit die Übersterblichkeit in den Regionen der Alpennordseite im Sommer 2003⁷.

Sommer 2006

Mit Temperaturen zwischen 33°C und 35°C während elf Tagen traf im Sommer 2006 eine weitere Hitzewelle die Schweiz. Während dieses besonders heissen Zeitraums wurden zahlreiche Todesfälle verzeichnet. Dennoch war sie nicht mit der Hitzewelle von 2003 vergleichbar, weder in Bezug auf die Dauer und noch in Bezug auf die Stärke.

Sommer 2011

Auch im Sommer 2011 wurden während neun bis zehn Tagen Temperaturen zwischen 30°C und 35°C gemessen. Die Tiefsttemperaturen in der Nacht lagen ausserdem zwischen 15°C und 18°C.

Sommer 2015

Im Monat Juli wurden während neun aufeinanderfolgenden Tagen Höchsttemperaturen zwischen 31°C und 27°C und Tiefsttemperaturen zwischen 14°C und 21°C gemessen. An sieben dieser Tage lagen

⁵ BAG, 2013, „Schutz bei Hitzewelle – Informationsmaterialien von BAG und BAFU“

⁶ BAG, 2013, « Klimaänderung – Vorsorge treffen, Todesfälle verhindern »

⁷ BAG, 2013, « Heat wave 2003 and mortality in Switzerland » (Universitäten Basel und Bern, 2005)

Plan d'information canicule pour le canton du Valais

die Höchsttemperaturen zwischen 34°C und 37°C, die Tiefsttemperaturen zwischen 18°C und 21°C. Während dieser Hitzewelle wurde die Warnstufe 4 ausgerufen.

Nach einer kurzen zweitägigen Unterbrechung war eine weitere Hitzewelle zu verzeichnen, während der an 15 aufeinanderfolgenden Tagen die Höchsttemperaturen zwischen 30°C und 35°C und die Tiefsttemperaturen zwischen 15°C und 21°C lagen. Es wurde die Warnstufe 3 ausgerufen.

Sommer 2018

Ende Juli/Anfang August wurden im Wallis an elf aufeinanderfolgenden Tagen Höchsttemperaturen zwischen 34°C und 36°C und Tiefsttemperaturen zwischen 18°C und 20°C verzeichnet, weswegen eine Hitzewarnung der Stufe 3 herausgegeben wurde. Ausserdem wurden in diesem Monat zahlreiche einzelne Tage mit tropischen Temperaturen ($T_{max} > 30^{\circ}\text{C}$) gemessen, unter anderem am Monatsende während fünf Tagen ohne Unterbrechung mit Höchsttemperaturen um 31°C.

Sommer 2019

Ende Juni/Anfang Juli war im Wallis eine neuntägige Hitzewelle zu beobachten. In Sitten wurden Höchsttemperaturen zwischen 32°C und 37°C (an sieben Tagen zwischen 34°C und 37°C) und Tiefsttemperaturen zwischen 17°C und 19°C gemessen. Vor diesem Hintergrund wurden Warnungen der Stufen 3 und 4 herausgegeben.

Nach einigen einzelnen Tagen mit tropischen Temperaturen Anfang Juli wurde Ende des Monats erneut eine Hitzewelle verzeichnet. In diesem Zeitraum wurde eine Hitzewarnung der Stufe 3 herausgegeben. Während zehn aufeinanderfolgenden Tagen wurden Höchsttemperaturen zwischen 30°C und 38°C und Tiefsttemperaturen zwischen 15°C und 18°C gemessen; an fünf dieser Tage betragen die Höchsttemperaturen zwischen 35°C und 38°C.

3 INFORMATIONEN (VOR DER HITZEWELLE) AN DIE PARTNER UND DIE GESUNDHEITSFACHPERSONEN

3.1 Partner

Es gibt ein Netz von Partnern, die in Hitzefragen mit der Dienststelle für Gesundheitswesen zusammenarbeiten. Dieses Netz besteht aus folgenden Partnern:

- Verband Walliser Gemeinden
- Vereinigung Walliser Alters- und Pflegeheime (AVALEMS)
- Walliser Ligen im Gesundheitsbereich (Lungen-, Rheuma-, Krebsliga usw.)
- Gesundheitsförderung Wallis
- Spital Wallis und Spital Riviera-Chablais
- Walliser Vereinigung der sozialmedizinischen Zentren
- Walliser Ärztesgesellschaft (Allgemein- und Kinderärztinnen und -ärzte, InternistInnen ...)
- Walliser Apothekerverein (Pharmawallis)

3.2 Informationen vor dem Sommer

Jedes Jahr im Juni setzt die Dienststelle für Gesundheitswesen ein Schreiben an ihre Partner auf.

Dieses Schreiben beinhaltet spezifische Informationen des Bundesamtes für Gesundheit (BAG) wie auch Flyer und Poster, die verteilt bzw. gut sichtbar aufgehängt werden müssen.

Durch dieses Schreiben soll hauptsächlich an die Grundregeln bei Hitze erinnert werden: *körperliche Anstrengungen vermeiden, Hitze fernhalten – Körper kühlen, viel trinken – leicht essen*. Ausserdem zielt es darauf ab, alle Akteure des Netzes für die Problematik zu sensibilisieren, damit sie in Bezug auf die im Falle einer Hitzewelle zu ergreifenden Vorsorgemassnahmen besonders aufmerksam sind.

Ältere Menschen und Kleinkinder müssen hierbei besonders im Auge behalten werden.

4 HITZEWARNUNG

4.1 Zusammenarbeit mit MeteoSchweiz

MeteoSchweiz ist dafür verantwortlich, Wetterwarnungen an die Behörden und die Bevölkerung herauszugeben. Das Kantonsarztamt steht regelmässig mit MeteoSchweiz in Kontakt.

Die Kontaktperson bei MeteoSchweiz übermittelt dem Kantonsarztamt zwei Arten von Informationen:

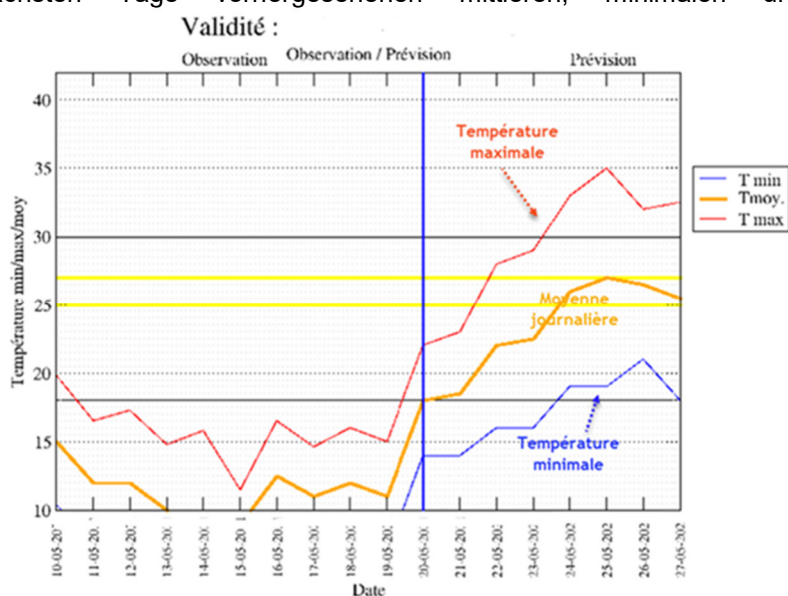
- **Vorhersagen:** Jede Woche wird eine 7-Tage-Vorhersage an das Kantonsarztamt versendet. Ziel ist es, die Entwicklung einer Hitzewelle möglichst genau vorherzusehen (ihren Anfang, ihre Dauer, ihr wahrscheinliches Ende). Diese Vorhersage wird nur an bestimmte Personen der kantonalen Behörden (Kantonsarztamt und Verantwortliche des Bevölkerungsschutzes) verschickt und ersetzt keinesfalls die Hitzewarnungen von MeteoSchweiz. Die Vorhersage umfasst die wahrscheinliche Entwicklung der Höchst- und Tiefsttemperaturen in den nächsten Tagen.
- **Hitzewarnungen:** Bei Hitzewarnungen der Stufen 3 und 4 schlägt MeteoSchweiz beim Kantonsarztamt Alarm. Anschliessend gibt der Kantonsarzt Empfehlungen an die Partner im Gesundheitsbereich, insbesondere an Spitäler, Ärztinnen und Ärzte, Apothekerinnen und Apothekern, APH, SMZ und an die verschiedenen Ligen, ab. Die Direktoren der verschiedenen Gesundheitseinrichtungen müssen ständig überprüfen, dass die Überwachungs- und Vorsichtsmassnahmen für die gefährdeten Bevölkerungsgruppen eingehalten werden.

4.2 Die drei Hitzewarnstufen von MeteoSchweiz

MeteoSchweiz gibt Warnungen heraus, wenn Hitzewellen drohen. Das Warnsystem zielt darauf ab, die Behörden und die Bevölkerung auf heraufziehende Hitzewellen aufmerksam zu machen. Die Schwellenwerte und die Kriterien des Warnsystems beruhen auf den epidemiologischen Einschätzungen der Sterblichkeit durch das Schweizerische Tropen- und Public Health-Institut (Swiss TPH).

Die Hitzewarnstufe wird anhand der mittleren Tagestemperatur (T_{mean}) sowie anhand der Dauer und Stärke der Hitzewelle bestimmt.

Die folgende Grafik zeigt ein Beispiel für die innerhalb der letzten zehn Tage gemessenen und für die nächsten Tage vorhergesehenen mittleren, minimalen und maximalen Temperaturen:



Plan d'information canicule pour le canton du Valais

Der folgenden Tabelle sind die unterschiedlichen Hitzewarnstufen je nach Stärke, Dauer und mittlerer Temperatur zu entnehmen:

Schwellen	Dauer (Tage ohne Unterbruch)				
	1	2	3	4	5
Tmean < 25 °C	Grün	Grün	Grün	Grün	Grün
Tmean ≥ 25 °C	Gelb	Gelb	Orange	Orange	Orange
Tmean ≥ 27 °C	Gelb	Gelb	Rot	Rot	Rot

Bedeutung der Farben:

- Grün: keine Warnung
- Gelb: Warnstufe 2
- Orange: Warnstufe 3
- Rot: Warnstufe 4

Tmean = mittlere Tagestemperatur

Die **Dauer** ist bei allen Warnstufen als Mindestdauer zu verstehen.

Die **Stärke** einer Hitzewelle gilt bezüglich des Einflusses auf die menschliche Gesundheit als relevanter als die Dauer. Aus diesem Grund dient die Dauer als Unterscheidungskriterium für die Warnstufe 2 im Vergleich zu den Warnstufen 3 und 4. Bei der Unterscheidung zwischen den Hitzewarnstufen 3 und 4 wird die Dauer jedoch nicht berücksichtigt. Der Unterschied zwischen diesen beiden Warnstufen besteht ausschliesslich in der Stärke der Hitzewelle.

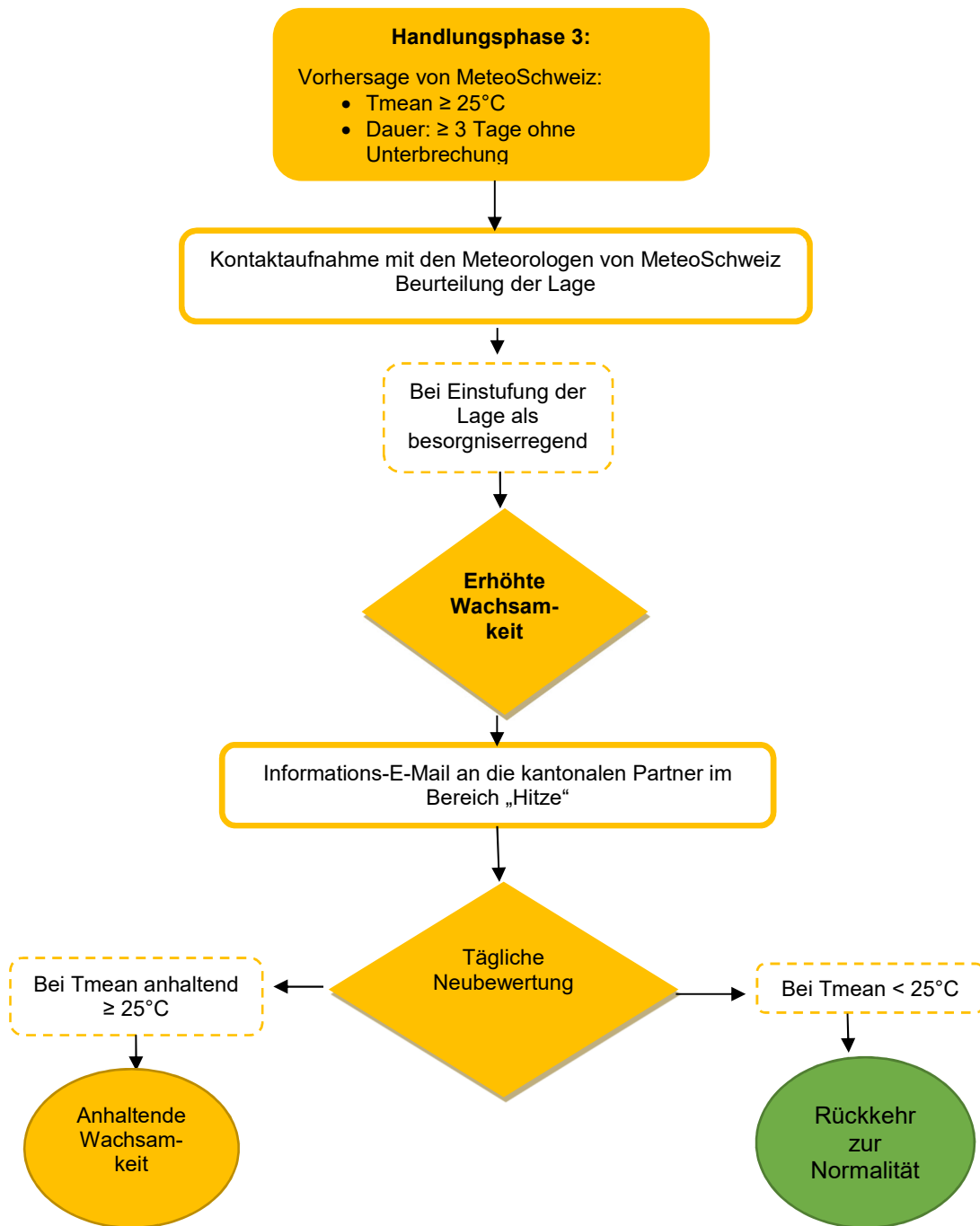
Nur Warnungen der Stufen 3 und 4 werden offiziell an die Kantone weitergeleitet. Hitzewarnungen der Stufe 2 werden hingegen ausschliesslich über die App und die Website von MeteoSchweiz herausgegeben.

4.3 Massnahmen des Kantons

Zur Beurteilung der zu ergreifenden Massnahmen stützt sich der Kanton Wallis auf die Hitzewarnstufen von MeteoSchweiz sowie die Informationen von den Partnern im Gesundheitsbereich.

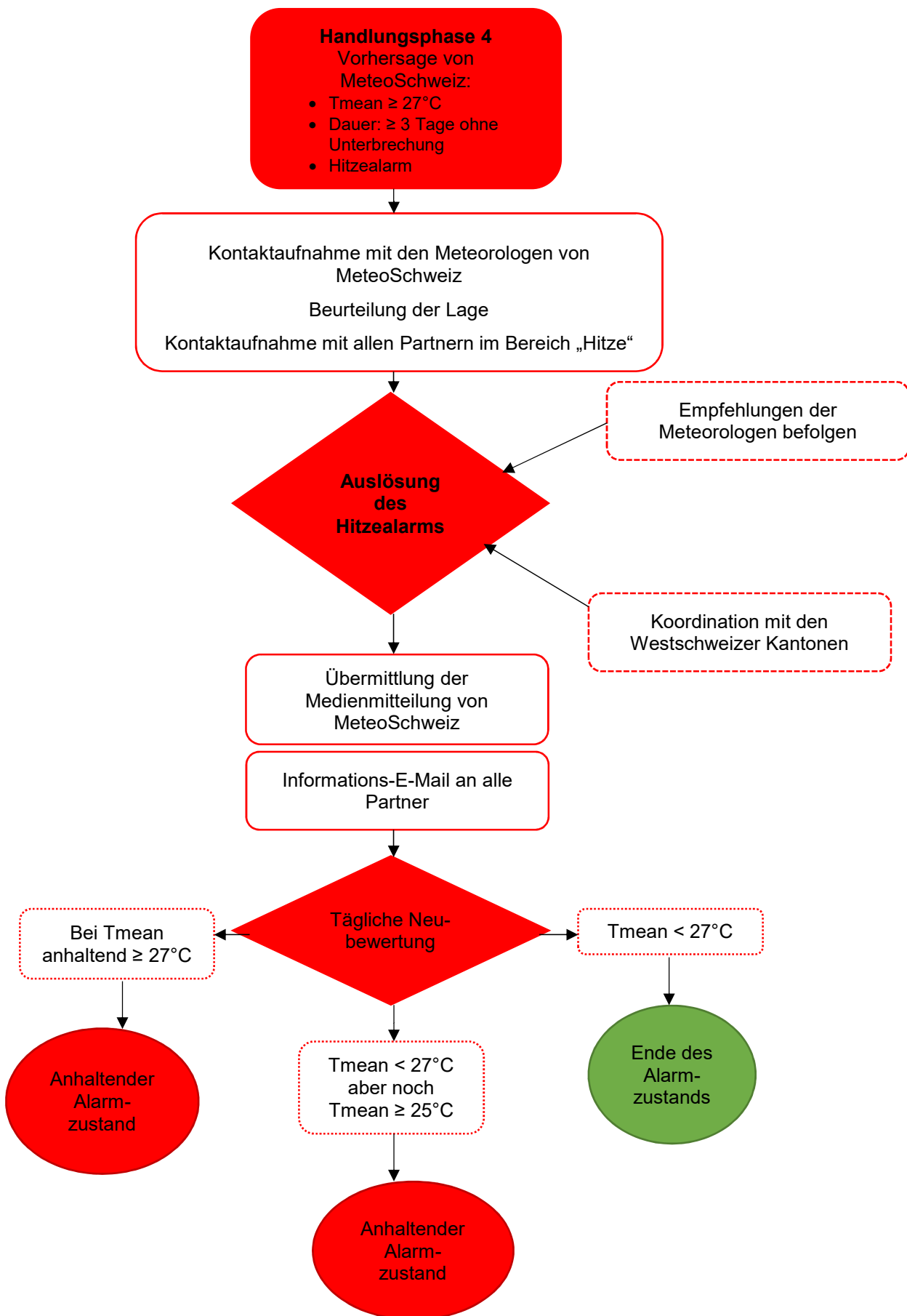
Handlungsphase	Beschreibung	Gesundheitsrisiken	Massnahmen
Phase 1 <i>Beobachtung</i>	<i>keine Warnung</i> Der Tmean-Index liegt unter 25°C. Die Wetterentwicklung bleibt innerhalb des für die Jahreszeit üblichen Rahmens und birgt keine besonderen Gefahren.	keine besonderen	Erhöhte Wachsamkeit ist automatisch ab Mitte Juni angezeigt. Eine Kontaktperson bei MeteoSchweiz sendet dem Kantonsarztamt täglich 7-Tage-Prognosen der Höchsttemperaturen. Dadurch kann die Temperaturentwicklung verfolgt werden.
Phase 2 <i>Warnung</i>	<i>Hitzewarnstufe 2</i> Tmean kurzzeitig (maximal an zwei aufeinanderfolgenden Tagen) $\geq 25^{\circ}\text{C}$	für die Jahreszeit üblich	keine
Phase 3 <i>Anhaltende Hitze</i>	<i>Hitzewarnstufe 3</i> Mindestdauer der Hitzeperiode: drei Tage ohne Unterbrechung Der Tmean-Index liegt während mindestens drei Tagen unter 27°C, aber bei oder über 25°C.	Bestimmte Personen zeigen Symptome von Hitzestress.	Um die Entwicklung der Situation möglichst genau zu verfolgen, kann eine Phase der erhöhten Wachsamkeit eingeleitet werden.
Phase 4 <i>Schwerwiegende Hitzewelle</i>	<i>Hitzewarnstufe 4</i> Mindestdauer der Hitzeperiode: drei Tage ohne Unterbrechung bei einem Tmean-Index von $\geq 27^{\circ}\text{C}$	Zunehmende Komplikationen bei Krankheiten (Vorerkrankungen) und mögliche Zunahme der Todesfälle aufgrund der Hitze.	Nach einer Bewertung der Situation kann ein Hitzealarm ausgelöst werden, insbesondere wenn eine Hitzewelle der Warnstufe 4 laut MeteoSchweiz höchstwahrscheinlich während mindestens drei Tagen anhält. Es wird eine Pressemitteilung herausgegeben. Die Bevölkerung und die Gesundheitsfachpersonen werden informiert und sind wachsam. Sie setzen die für Hitzewellen vorgesehenen Massnahmen um.

3.3.1 Schema der in Handlungsphase 3 zu ergreifenden Massnahmen



3.3.2 Schema der in Handlungsphase 4 zu ergreifenden Massnahmen

5



4. RISIKOGRUPPEN

Hauptkategorien	Charakteristiken
6.1 Menschen über 65 Jahren	Die Wärmeregulation funktioniert weniger gut, sie schwitzen weniger und haben ein geringeres Durstgefühl ⁸ . Aus diesem Grund können ältere Menschen sich häufig nicht angemessen vor Hitze schützen oder erachten dies als nicht notwendig. Deswegen müssen sie umfassend über die empfohlenen Verhaltensweisen informiert und dürfen nicht allein gelassen werden.
6.2 Säuglinge und Kleinkinder	Der Körper passt sich weniger gut an hohe Temperaturen an. Das grösste Risiko ist die Dehydrierung. Eine erhöhte Gefahr besteht bei Durchfall oder Krankheiten des Nervensystems. Ausserdem sind Säuglinge und Kleinkinder bei Hitzewellen und erhöhten Ozonwerten noch anfälliger, wenn sie an Herz-Kreislauf- oder Lungenkrankheiten leiden (zum Beispiel Asthma) ⁹ .
6.3 Menschen mit chronischen Krankheiten (inkl. psychischen Erkrankungen)	Hierbei handelt es sich um Menschen mit Herz-Kreislauf- oder Hirngefässerkrankungen, Adipositas, Mangelernährung, Diabetes, neurologischen Krankheiten (Parkinson, Alzheimer usw.), Atemnot, Niereninsuffizienz und psychischen Erkrankungen (u.a. Schizophrenie). Es gibt (harntreibende und andere) Medikamente, die in Kombination mit grosser Hitze zu einem erhöhten Komplikationsrisiko führen können.
6.4 Schwangere Frauen	Schwangere Frauen sind für die Auswirkungen von Hitze besonders anfällig, besonders am Ende der Schwangerschaft.

6 VON DER BEVÖLKERUNG BEI HITZE ZU ERGREIFENDE MASSNAHMEN

6.1 Auswirkungen grosser Hitze auf den menschlichen Körper

Anhaltende Hitze ist für den Körper eine grosse Belastung. Wenn Menschen längere Zeit grosser Hitze ausgesetzt sind, können sie einen Hitzschlag erleiden, bei dem der Körper seine Temperatur nicht mehr kontrollieren kann und diese sehr rasch ansteigt (bis 40°C). Typischerweise befinden sich betroffene Personen in einem Zustand der Verwirrtheit und verspüren Schwindel, Übelkeit oder Muskelkrämpfe. Tritt eine solche Situation ein, muss man der betroffenen Person etwas zu trinken geben, sie abkühlen und eine/n Ärztin/Arzt rufen.

Folgende Symptome können im Allgemeinen im Zusammenhang mit Hitze auftreten¹⁰:

- Schwäche
- Verwirrtheit
- Schwindel
- Kopfschmerzen
- Muskelkrämpfe

⁸ BAG, 2013, „Schutz bei Hitzewelle – Informationsmaterialien von BAG und BAFU“

⁹ BAG, 2016, „Hitzewellen und die Gesundheit von Kindern“

¹⁰ BAG, 2017, „Schutz bei Hitzewelle – Drei goldene Regeln für Hitzetage“

- trockener Mund
- Übelkeit und/oder Erbrechen
- Durchfall

Auch Temperaturspitzen wirken sich negativ auf die Gesundheit aus und führen beispielsweise zu einem erhöhten Infarkttrisiko.

6.2 Verhalten bei Hitze

Um sich vor den negativen Auswirkungen einer Hitzewelle zu schützen, müssen einige Grundregeln eingehalten werden¹¹:

1. Umgang mit Hitze

- Hitze vermeiden
- die Körpertemperatur überwachen
- den Körper abkühlen
- enge Kleidung vermeiden
- die Wohnung möglichst kühl halten
- keine Menschen oder Tiere in parkenden Fahrzeugen warten lassen

2. Ernährung

- genug trinken (mindestens 1,5 Liter pro Tag), noch bevor sich ein Durstgefühl einstellt
- kalte und leichte Speisen bevorzugen, die aus erfrischenden Lebensmitteln mit hohem Wasseranteil bestehen
- verderbliche Nahrungsmittel im Kühlschrank aufbewahren

3. Körperliche Anstrengung

- körperliche Anstrengung reduzieren oder vermeiden
- das durch körperliche Anstrengung verlorene Salz während oder nach der Anstrengung kompensieren

Ausserdem ist es wichtig, solidarisch zu handeln und sich um nahestehende Personen zu kümmern, vor allem wenn sie besonders anfällig für die Auswirkungen grosser Hitze sind. Es ist empfohlen:

- sich regelmässig bei alleinlebenden älteren Personen nach ihrem Wohlergehen zu erkundigen und im Voraus die rechtzeitige Umsetzung der bei grosser Hitze notwendigen Schutzmassnahmen zu planen,
- besonders auf Kleinkinder zu achten (unter anderem auf Anzeichen für Erschöpfung und Müdigkeit, trockene Haut und trockene Lippen¹²), sie vor Hitze zu schützen und daran zu denken, sie zu kühlen.

¹¹ BAG, Dossier zum Thema Hitze: <https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/gesund-leben/umwelt-und-gesundheit/hitze.html>

¹² BAG, 2016, „Hitzewellen und die Gesundheit von Kindern“

7 ANLAUFSTELLE HITZEWELLE

Kontakt	Telefon	E-Mail	Adresse
Dienststelle für Gesundheitswesen	027 606 49 00	medecin-cantonal@admin.vs.ch	Avenue de la Gare 23 1950 Sitten

8 QUELLEN

Illustration

- Deckblatt: Wallis Promotion <https://www.valais.ch/de/ueber-das-wallis/zahlen-und-fakten>