

**Information an die Ansprechpartner bei einer Hitzewelle im Kanton
Gefahrenstufe 3 oder 4 – gezielte Information nach Region**

Sehr geehrte Damen und Herren

MeteoSchweiz kündigt von Montag, 24. Juni bis mindestens 7 Tage, hohe Temperaturen an. Die Höchsttemperaturen bewegen sich um 35°C mit möglichen Spitzenwerten bis zu 36-37°C. Diese Wetterbedingungen können ernsthafte Folgen auf die Gesundheit von gefährdeten Personen haben: Dehydrierung, Schwächeanfälle, Bewusstlosigkeit, Hitzschlag. Insbesondere verletzte Personen wie Säuglinge, ältere Personen und chronisch kranke Personen sind gefährdet.

Ich erlaube mir, Sie nochmals auf die wichtigsten Punkte aufmerksam zu machen, die bei der grossen Hitze dieser Tage für ältere Personen und Kinder zu beachten sind:

Ältere Personen:

1. körperliche Anstrengungen vermeiden:

Zuhause bleiben und körperliche Aktivität beschränken.

2. Hitze fernhalten- Körper kühlen:

Fenster, Vorhänge, Storen und Fensterläden während des Tages schliessen, nachts lüften, weite und leichte Kleidung tragen, Körper mit Duschen, feuchten Tüchern etc. kühlen. |

3. Viel trinken- leicht essen:

Regelmässig trinken (mindestens 1.5 Liter pro Tag), kalte und flüssigkeitsreiche Nahrungsmittel wie Früchte und Gemüse zu sich nehmen, auf eine genügende Salzaufnahme achten.

Kinder:

1. Kinder vor der Hitze schützen:

Räumlichkeiten am Morgen lüften, Kinder nicht der Sonne aussetzen, Kopfbedeckung, T-Shirt und Sonnencreme nicht vergessen und ein Kind niemals ohne Begleitung im Auto lassen.

2. Kinder abkühlen:

Die Kinder regelmässig zum Trinken auffordern, die Kinder mit Duschen oder feuchten Tüchern abkühlen, ihnen erfrischende Mahlzeiten servieren und leicht ankleiden.

3. Kranke Kinder besonders aufmerksam pflegen:

Bei Kindern auf Erschöpfungs- und Müdigkeitszeichen sowie trockene Haut und Lippen achten, im Zweifelsfall nicht zögern, einen Arzt zu kontaktieren (insbesondere bei Durchfall).

Unter folgendem Link finden Sie weitere Informationen: www.hitzewelle.ch

Zu den Symptomen eines Hitzschlags gehören:

Allgemeine Schwäche, Verwirrtheit, erhöhte Körpertemperatur, trockener Mund, Desorientierung, Schwindel, Übelkeit und Muskelkrämpfe. Es muss sofort gehandelt werden: viel zu trinken geben, Körper mit feuchten Tüchern kühlen und unverzüglich einen Arzt oder eine Ärztin rufen.

Wir danken Ihnen für die Aufmerksamkeit, die Sie diesem Schreiben entgegenbringen.

Mit freundlichen Grüssen

Dienststelle für Gesundheitswesen, Kantonsarztamt, 027 606 49 00 www.vs.ch/web/ssp/canicule