

⚠ EXTRÉMY TEPLoty VZDUCHU 🌡

»» Vysoká teplota (léto)

➤ Hlavní důsledky:

- **Zvýšené pocení**
- **Snadné vyčerpání organismu**
- **Rozpínání a tavení materiálu a povrchů**
- **Snazší vznícení vegetace a rizikových předmětů, snazší spálení pokožky**
- **Riziko udušení lidí nebo výbuchu rizikových předmětů**

➤ Doporučení ke zmírnění jejich vlivu:

- Zvýšit konzumaci vhodných nápojů
- Zrušit či omezit rizikové namáhavé aktivity
- Očekávat problémy spojené s těmito důsledky
- Nevystavovat sebe nebo rizikové předměty slunečnímu záření, nerozdělávat ohně mimo ohniště, tam opatrně
- Nenechávat děti ani jiné například v automobilech, stejně tak rizikové předměty hrožících výbuchem nebo vznícením

🗨 Komentář

Při vyšší teplotě vzduchu či případně i vlhkosti tohoto vzduchu dochází u lidí v důsledku snahy o ochlazení těla k vyššímu pocení. Tím se ztrácí z těla větší množství vody. To je nutné doplnit tekutinami a to vhodnými, jinak hrozí dehydratace. Mezi tyto tekutiny patří neslazené a nealkoholické nápoje. Tyto je možné kombinovat s minerálními vodami.

V důsledku vysoké teploty může dojít k vyčerpání organismu a objevit se zdravotní problémy. K takovému důsledku může dojít zejména u jedinců trpících dýchacími obtížemi, u starších občanů nebo malých dětí. V horkém počasí by zejména tito neměli vykonávat fyzicky náročné aktivity či je alespoň velmi omezit. Případně odložit na brzdnu ranní nebo pozdější denní dobu.

Vlivem vysoké teploty a intenzivního slunečního svitu může dojít ke změnám materiálů to včetně povrchů komunikací. Dochází k deformacím, například kolejnic. Nutno očekávat problémy s tímto spojené a to v kolejové dopravě, v silniční dopravě zejména při jízdě těžšími vozidly i při ne příliš vysoké teplotě – tj. Již při nižších stupních extremity.

Vlivem horkého počasí, se kterým je spojeno také sucho, se může snáze vznítit vegetace či předměty. Nutná opatrnost při manipulaci s nimi (viz více extrémy sucha). Při ostrém slunečním svitu a za vysokého UV indexu hrozí riziko spálení pokožky. Doporučujeme se nepobývat na přímém slunci vůbec, zejména od 11 do 15 hodin. Případně pohyb na něm omezit a chránit se při tom krémy s vysokým UV faktorem a také slunečními brýlemi. Ne méně důležitá je pokrývka hlavy, bez ní hrozí při delším pohybu na slunci úžeh či úpal a zdravotní problémy s tím spojené.

Při výskytu v uzavřených prostorech za horkého počasí a slunečního svitu může dojít k udušení a dalším potížím. Podobně v těchto prostorech není dobré nechávat rizikové předměty, které hrozí vznícením či přímo výbuchem. Jde zejména o automobily a v nich umístěné zapalovače či brýle a lupy, které mohou být prostředkem vedoucím ke vznícení.

Definice situace

Intenzivní prohřívání povrchu a okolního vzduchu za ideálních podmínek daných základním přísunem horké, ideálně tropické vzduchové hmoty. A doplňkově dané zejména územím nadmořskou výškou, ročním a denním obdobím.

Vznik situace

Nejčastěji od června do srpna v důsledku intenzivního přílivu původem tropického a suchého vzduchu, často původem z Afriky. Tedy na naše území s průnikem od jihu a jihovýchodu.

 Příklady proběhlých situací:

- ❶ Srpen 2012 (T_MAX **40.4°C**)
- ❷ Srpen 2015 (T_MAX 39.3°C)
- ❸ Srpen 2018 (T_MAX 38.0°C)

Rozšiřující informační materiál o nebezpečných jevech