18/08/2022

Υψηλές θερμοκρασίες και έκτακτα μέτρα για την προστασία από τον καύσωνα

/ Επικαιρότητα

Υψηλές θερμοκρασίες θα επικρατήσουν το επόμενο τριήμερο στη χώρα μας, που θα ξεκινήσουν σήμερα Πέμπτη από τα δυτικά και θα συνεχιστούν την Παρασκευή, σύμφωνα με το Έκτακτο Δελτίο Επιδείνωσης Καιρού που εκδόθηκε την Τετάρτη από την Εθνική Μετεωρολογική Υπηρεσία (ΕΜΥ).

Το Σάββατο η θερμοκρασία θα σημειώσει μικρή πτώση στη δυτική και τη βόρεια Ελλάδα, αλλά θα παραμείνει υψηλή σε όλες τις υπόλοιπες περιοχές. Η μέγιστη τιμή της προβλέπεται να φθάσει κατά τόπους στα ηπειρωτικά τους 40 με 41 βαθμούς και στα νησιά τους 37 βαθμούς Κελσίου.

Πιο αναλυτικά:

1. Σήμερα Πέμπτη (18-08-2022) η μέγιστη τιμή της θερμοκρασίας προβλέπεται να φθάσει στα ηπειρωτικά τους 38 με 39 και κατά τόπους στα δυτικά (και κυρίως στην Αιτωλοακαρνανία) τους 40 βαθμούς Κελσίου και στα νησιά τους 35 με 36.

2. Αύριο Παρασκευή (19-08-2022) η μέγιστη τιμή της θερμοκρασίας προβλέπεται να φθάσει στα ηπειρωτικά τους 39 με 40 και τοπικά στη Θεσσαλία και την ανατολική Στερεά τους 41 βαθμούς και στα νησιά τους 36 με 37 βαθμούς Κελσίου.

3. Το Σάββατο (20-08-2022) η θερμοκρασία στη δυτική και τη βόρεια χώρα θα υποχωρήσει κατά 2 με 3 βαθμούς, αλλά στα ανατολικά ηπειρωτικά η μέγιστη τιμή της θα φθάσει τους 39 με 40 βαθμούς Κελσίου. Επισημαίνεται πως από τις απογευματινές ώρες του Σαββάτου αναμένεται μεταβολή του καιρού από τα βορειοδυτικά, με καταιγίδες που πιθανόν κατά τόπους θα είναι ισχυρές και θα συνοδεύονται από ισχυρούς ανέμους.

4. Την Κυριακή (21-08-2022) η θερμοκρασία θα σημειώσει αισθητή πτώση σε όλη τη χώρα και θα επανέλθει κοντά στα κανονικά για την εποχή επίπεδα (στις περισσότερες περιοχές η μέγιστη τιμή της στους 32 με 35 βαθμούς Κελσίου), ενώ ο καιρός στη βόρεια Ελλάδα και κυρίως στη Μακεδονία, θα είναι άστατος.

Οι πολίτες μπορούν να ενημερώνονται καθημερινά για την εξέλιξη των έκτακτων καιρικών φαινομένων στα τακτικά δελτία καιρού της ΕΜΥ και στην ιστοσελίδα της ΕΜΥ στην ηλεκτρονική διεύθυνση www.emy.gr.

Οδηγίες από την Πολιτική Προστασία

Την προσοχή των πολιτών, ιδιαίτερα όσων ανήκουν σε ευπαθείς ομάδες, εφιστά η Πολιτική Προστασία, ενόψει του καύσωνα που αναμένεται, καλώντας τους να είναι ιδιαίτερα προσεκτικοί, ώστε να αποφευχθούν προβλήματα υγείας, όπως θερμική εξάντληση και θερμοπληξία, που μπορεί να προκληθούν εξαιτίας των υψηλών θερμοκρασιών που θα επικρατήσουν.

Η Γενική Γραμματεία Πολιτικής Προστασίας εξέδωσε μια σειρά οδηγιών για τους κατοίκους των περιοχών όπου προβλέπεται η επικράτηση υψηλών θερμοκρασιών, ενώ όπως επισημαίνεται σε ανακοίνωση, το υπουργείο Κλιματικής Κρίσης και Πολιτικής Προστασίας έχει ενημερώσει τις αρμόδιες υπηρεσιακά εμπλεκόμενες κρατικές υπηρεσίες, καθώς και τις Περιφέρειες και τους δήμους της χώρας, ώστε να βρίσκονται σε αυξημένη ετοιμότητα, προκειμένου να αντιμετωπίσουν άμεσα τις επιπτώσεις από την επικράτηση των υψηλών θερμοκρασιών, αλλά και από την εκδήλωση των έντονων καιρικών φαινομένων που αναμένονται μετά την υποχώρηση του καύσωνα, με καταιγίδες και ισχυρούς ανέμους.

Ειδικότερα, σύμφωνα με τις οδηγίες αυτοπροστασίας από τις υψηλές θερμοκρασίες, από την ΓΓΠΠ συνιστάται στους πολίτες:

– Να παραμένουν σε χώρους δροσερούς και σκιερούς μακριά από συνωστισμό, να χρησιμοποιούν κλιματιστικά μηχανήματα ή ανεμιστήρες και να αποφεύγουν τη βαριά σωματική εργασία σε χώρους με υψηλή θερμοκρασία, άπνοια και μεγάλη υγρασία.

– Να αποφεύγουν την ηλιοθεραπεία, όπως και το βάδισμα ή το τρέξιμο κάτω από τον ήλιο και να φορούν καπέλο και γυαλιά ηλίου και ρούχα ανοιχτόχρωμα από ύφασμα που επιτρέπει στο δέρμα να αερίζεται και διευκολύνει την εξάτμιση του ιδρώτα, αποφεύγοντας τα συνθετικά υφάσματα.

– Να καταναλώνουν ελαφρά γεύματα με φρούτα και λαχανικά, περιορίζοντας τα λιπαρά και την ποσότητα του φαγητού.

– Να πίνουν άφθονο νερό και χυμούς φρούτων, αποφεύγοντας τα οινοπνευματώδη.

Ιδιαίτερη μέριμνα συνιστάται για τα μωρά και τα μικρά παιδιά, καθώς και τους ηλικιωμένους και τους πάσχοντες από χρόνια νοσήματα για την προστασία τους από τις υψηλές θερμοκρασίες

Για περισσότερες πληροφορίες και οδηγίες αυτοπροστασίας από τις υψηλές θερμοκρασίες, οι πολίτες μπορούν να επισκεφθούν την ιστοσελίδα της Γενικής Γραμματείας Πολιτικής Προστασίας στην ηλεκτρονική διεύθυνση www.civilprotection.gr και την ιστοσελίδα του υπουργείου Υγείας:

https://bit.ly/3zUyA5G & https://bit.ly/3JYbVKq

Επίσης, σε περιοχές όπου προβλέπεται η εκδήλωση έντονων βροχοπτώσεων, καταιγίδων ή θυελλωδών ανέμων:

– Να ασφαλίσουν αντικείμενα τα οποία αν παρασυρθούν από τα έντονα καιρικά φαινόμενα ενδέχεται να προκαλέσουν καταστροφές ή τραυματισμούς.

– Να βεβαιωθούν ότι τα λούκια και οι υδρορροές των κατοικιών δεν είναι φραγμένα και λειτουργούν κανονικά.

– Να αποφεύγουν να διασχίζουν χειμάρρους και ρέματα, πεζή ή με όχημα, κατά τη διάρκεια καταιγίδων και βροχοπτώσεων, αλλά και για αρκετές ώρες μετά το τέλος της εκδήλωσής τους

– Να αποφεύγουν τις εργασίες υπαίθρου και δραστηριότητες σε θαλάσσιες και παράκτιες περιοχές κατά τη διάρκεια εκδήλωσης των έντονων καιρικών φαινομένων (κίνδυνος από πτώσεις κεραυνών).

– Να προφυλαχτούν αμέσως κατά τη διάρκεια μιας χαλαζόπτωσης. Να καταφύγουν σε κτίριο ή σε αυτοκίνητο και να μην εγκαταλείπουν τον ασφαλή χώρο, παρά μόνο όταν βεβαιωθούν ότι η καταιγίδα πέρασε. Η χαλαζόπτωση μπορεί να είναι πολύ επικίνδυνη και για τα ζώα.

– Να αποφύγουν τη διέλευση κάτω από μεγάλα δέντρα, κάτω από αναρτημένες πινακίδες και γενικά από περιοχές, όπου ελαφρά αντικείμενα (π.χ. γλάστρες, σπασμένα τζάμια κλπ.) μπορεί να αποκολληθούν και να πέσουν στο έδαφος (π.χ. κάτω από μπαλκόνια).

– Να ακολουθούν πιστά τις οδηγίες των κατά τόπους αρμοδίων φορέων, όπως Τροχαία κλπ.

Υπουργείο Εργασίας: Τι προβλέπεται για την προστασία των εργαζομένων από τη θερμική καταπόνηση

Τις προβλέψεις της εγκυκλίου, που έχει εκδοθεί στις 15 Ιουνίου 2022 και είναι αναρτημένη στον δικτυακό τόπο του υπουργείου Εργασίας και Κοινωνικών Υποθέσεων, για την πρόληψη της θερμικής καταπόνησης των εργαζομένων, υπενθυμίζει το Υπουργείο, σε συνέχεια του δελτίου που εξέδωσε η Εθνική Μετεωρολογική Υπηρεσία για επικράτηση πολύ υψηλών θερμοκρασιών.

Η εγκύκλιος αναφέρει τις υποχρεώσεις των εργοδοτών (προσδιορισμός των εργασιών και των χώρων εργασίας όπου ο κίνδυνος θερμικής καταπόνησης αναμένεται αυξημένος, λήψη των κατάλληλων κατά περίπτωση τεχνικών και οργανωτικών μέτρων, χορήγηση στους εργαζόμενους κατάλληλων μέσων ατομικής προστασίας, κ.ά.), καθώς και τα πρόσθετα μέτρα που πρέπει να λαμβάνονται για την προστασία όσων ανήκουν σε ομάδες υψηλού κινδύνου.

Όπως επισημαίνεται σε ανακοίνωση του υπουργείου Εργασίας και Κοινωνικών Υποθέσεων, στα μέτρα για την ελάττωση της θερμικής καταπόνησης και της προστασίας της υγείας των εργαζομένων περιλαμβάνονται, μεταξύ άλλων, η μόνωση των κτιρίων και των θερμών επιφανειών, η εξασφάλιση επαρκούς αερισμού, η χορήγηση διαλειμμάτων, η μείωση της απασχόλησης ή παύση εργασιών σε ιδιαίτερα επιβαρυμένους θερμικά χώρους (μηχανοστάσια, χυτήρια, υαλουργεία, κεραμοποιεία, ναυπηγικές εργασίες), καθώς και στην ύπαιθρο μεταξύ των ωρών 12:00-16:00, ο προγραμματισμός κατά το δυνατόν των εργασιών που συνεπάγονται υψηλή θερμική καταπόνηση σε ώρες όπου οι θερμοκρασίες είναι χαμηλότερες, κ.ά..

Τέλος, το υπουργείο Εργασίας και Κοινωνικών Υποθέσεων τονίζει ότι οι έλεγχοι από την Επιθεώρηση Εργασίας σε όλους τους εργασιακούς χώρους, όπου αναμένεται μεγαλύτερη θερμική καταπόνηση, θα είναι εντατικοί και η ανταπόκριση σε περιπτώσεις καταγγελιών άμεση.

Πηγή: ΑΠΕ – ΜΠΕ