

# Upozornenie na vysoké teploty v okrese Senec

22.6.2026 - | Obec Most pri Bratislave

**Slovenský hydrometeorologický ústav vydal pre okres Senec meteorologickú výstrahu 1. stupňa pred vysokými teplotami. Výstraha platí od 22. júna do 24. júna 2026 v čase od 12.00 do 18.00 hod., pričom maximálna teplota vzduchu môže dosahovať 33 až 34 °C.**

Slovenský hydrometeorologický ústav vydal pre okres Senec meteorologickú výstrahu 1. stupňa pred vysokými teplotami. Výstraha platí od 22. júna do 24. júna 2026 v čase od 12.00 do 18.00 hod., pričom maximálna teplota vzduchu môže dosahovať 33 až 34 °C.

Hoci ide o teploty, ktoré nie sú v tomto období roka nezvyčajné, môžu predstavovať zvýšené riziko pre ľudské zdravie, najmä pre citlivé skupiny obyvateľstva. Zvýšené teploty zároveň zvyšujú riziko vzniku požiarov a predstavujú vyššiu záťaž pri fyzických aktivitách.

## Kto je najviac ohrozený?

Medzi rizikové skupiny patria:

- deti,
- seniori,
- tehotné ženy,
- osoby s chronickými ochoreniami,
- osoby so srdcovocievnyimi, dýchacími alebo mentálnymi ochoreniami,
- osoby s nadváhou.

## Aké zdravotné komplikácie môžu horúčavy spôsobiť?

Vysoké teploty môžu viesť k prehriatiu organizmu a spôsobiť:

- zvýšenie telesnej teploty,
- malátnosť a únavu,
- ospalosť,
- bolesti hlavy,
- závraty,
- nevoľnosť alebo zvracanie.

## Odporúčania pre obyvateľov

Počas najteplejších hodín dňa odporúčame:

- Dodržiavať pravidelný pitný režim aj v prípade, že nepocítujete smäd.
- Obmedziť fyzickú námahu a pobyt na priamom slnku, najmä medzi 12.00 a 16.00 hod.
- Nosiť ľahké a vzdušné oblečenie, pokrývku hlavy a slnečné okuliare.
- Aspoň raz denne sa osviežiť vlažnou sprchou.
- Chrániť domácnosti a pracoviská pred prehrievaním zatienením okien.

- Používať opaľovacie krémy s UV ochranou.
- Nenechávať deti ani zvieratá v zaparkovaných vozidlách, a to ani na krátky čas.
- Zabezpečiť dostatok vody a tieňa pre domáce zvieratá.

## **Zvýšené riziko požiarov**

Vzhľadom na vysoké teploty žiadame občanov o zvýšenú opatrnosť pri manipulácii s otvoreným ohňom.

- Oheň zakladajte len na vyhradených miestach.
- Neodhadzujte ohorky cigariet ani sklenené predmety do prírody.
- Oheň nikdy nenechávajte bez dozoru.
- Pred odchodom sa presvedčte, že je ohnisko úplne uhasené.
- V prípade požiaru okamžite volajte na tiesňovú linku 112.

Prosíme všetkých obyvateľov, aby počas najbližších dní venovali zvýšenú pozornosť svojmu zdravotnému stavu, nezabúdali na pitný režim a pomohli aj svojim blízkym, susedom či starším osobám, ktoré môžu byť účinkami vysokých teplôt ohrozené viac ako ostatní.

Ďakujeme za zodpovedný prístup a prajeme bezpečné zvládnutie horúcich letných dní.

<https://www.mostpribratislave.sk/novinka/135488/n>