

# Výstraha 3. stupňa pred vysokou teplotu

26.6.2026 - | Obec Velké Leváre

**Upozorňujeme občanov, že Slovenský hydrometeorologický ústav vydal pre okres Malacky na dnes (26.06.2026) v čase od 14.00 hod. do 19.00 hod., sobotu (27.06.2026) v čase od 12.00 hod. do 19.00 hod., a nedeľu, (28.06.2026), v čase od 11.00 hod. do 19.00 hod. výstrahu 3. (najvyššieho) stupňa pred vysokými teplotami vzduchu, ktoré môžu dosiahnuť 38 °C.**

Vysoká teplota predstavuje potenciálne nebezpečenstvo pre ľudské zdravie, fyzické aktivity a tvorbu požiarov. Vysoké vonkajšie teploty môžu spôsobiť prehriatie organizmu a zdravotné komplikácie - zvýšenie telesnej teploty, malátnosť, ospalosť, bolesti hlavy, závraty, nevoľnosť, či zvracanie.

Extrémnym prípadom sú vážne kolapsové stavy, ktoré môžu viesť za určitých podmienok až k prípadným úmrtiam osôb, najmä u rizikových skupín.

Medzi rizikové skupiny obyvateľstva patria deti, starší ľudia, tehotné ženy a chronicky chorí ľudia - najmä osoby so srdcovocievnyimi, dýchacími alebo mentálnymi ochoreniami, či osoby s nadváhou.

Obmedzte fyzickú námahu a **nezdržiavajte sa na priamom slnku.**

**Neodporúča sa pobyt v exteriéri** a je potrebné byť obozretný aj v interiéri.

Dôležitou zásadou pri vysokých vonkajších teplotách je dôsledné **dodržiavanie pravidelného pitného režimu**, a to **aj prípade, že nepocítujete smäd.**

<https://www.levare.sk/novinky/vystraha-3-stupna-pred-vysokou-teplotu>