



Warme weersomstandigheden bij evenementen

Warme weersomstandigheden en gezondheid

Evenementen tijdens (extreme) hitte kunnen gezondheidsrisico's opleveren voor aanwezigen, zoals uitdroging of een zonnesteek. Klachten zoals hoofdpijn, duizeligheid, uitputting, braken en benauwdheid kunnen optreden. In erge gevallen kan zelfs een hitteberoerte optreden, welke tot sterfte kan leiden als niet tijdig wordt ingegrepen. Iedereen kan deze klachten krijgen, maar jonge kinderen, ouderen en chronisch zieken lopen het grootste gezondheidsrisico.

Het is niet mogelijk om harde omgevingstemperaturen te benoemen. Het gezondheidsrisico hangt namelijk - naast de verschillen in persoonlijke gevoeligheid - ook af van de luchtvochtigheid, de lichtsnelheid, kleding en van het activiteitsniveau van mensen. Wel kan gesteld worden dat hoe hoger de buitentemperatuur en hoe langer de hitteperiode duurt, des te erger de te verwachte gezondheidseffecten zijn en des te meer mensen klachten zullen ondervinden.

Als er meerdere dagen van hitte worden voorspeld, gaat het Nationale Hitteplan in werking. Allerlei overheids- en gezondheidsinstellingen nemen dan extra maatregelen om gezondheidsklachten bij gevoelige groepen te voorkomen.

Maatregelen

Als er warme weersomstandigheden worden voorspeld (zie nieuwsberichten media), is het belangrijk om af te wegen of het evenement doorgang kan vinden. Zo ja, dan dienen er maatregelen getroffen te worden. Leg de maatregelen vast in een calamiteitenplan of een gezondheidsplan.

De volgende maatregelen beperken het risico op uitdroging, zonnesteek en hitteberoerte:

- Zorg voor goede communicatie voorafgaand en tijdens het evenement over wat bezoekers kunnen doen om gezondheidsklachten te voorkomen.
- Zorg voor voldoende (gratis) drinkwater. Dit mag niet te koud zijn. Adviseer bezoekers voldoende te drinken, ook als men geen dorst heeft. Alcohol en koffie zijn géén goede dorstlessers.
- Zorg dat zonnebrandcrème en petjes/hoeden beschikbaar zijn of instrueer bezoekers vooraf om dat mee te nemen vanuit thuis.
- Creëer voldoende schaduwplekken.
- Gebouwen/tenten voldoende ventileren en koelen. Dat wil zeggen dat er voor gezorgd dient te worden dat de temperatuur niet boven de 30°C komt. Zorg er hierbij wel voor dat er niet een te groot verschil met buitentemperatuur ontstaat.
- Bij inspannende activiteiten:
 - verminder het intensiteitsniveau
 - verplaats deze naar de koelere ochtend of namiddag/avond (bij voorkeur niet tussen 12.00-16.00 uur)
 - laat deze zo veel mogelijk in de schaduw plaatsvinden.
 - Zorg voor extra EHBO'ers dan de gebruikelijke norm. Laat deze actief rondlopen en daarbij alert zijn op hitteklachten en dehydratie.

Extra maatregelen bij gevoelige groepen:

Jonge kinderen, ouderen en chronisch zieken kunnen (soms) niet goed voor zichzelf zorgen. Ook niet bij hitte.

Zij moeten dus extra begeleid worden in gezond gedrag (zoals voldoende drinken). Omdat zij bovendien gevoeliger zijn voor de effecten van hitte, is daarnaast extra en actief toezicht nodig voor de ontwikkeling van gezondheidsklachten. Zorg daarom voor voldoende toezicht en begeleiding van deze gevoelige groepen.

Overige adviezen

Bij hitte kunnen bacteriën snel vermenigvuldigen en voor gezondheidsrisico's zorgen. Neem daarom de volgende maatregelen:

- Maak sanitaire ruimtes extra schoon.
- Bewaar voedsel (zeker rauw vlees) in de koelkast tot kort voordat het geconsumeerd wordt.
- Voorkom opwarming van (tijdelijke) koudwaterleidingen, in kader van legionellapreventie.
- Zwemmen?
Doe dit enkel in schoon en gecontroleerd zwemwater.

Smog

Warme weersomstandigheden kunnen samengaan met tijdelijk hoge concentraties luchtverontreiniging in de buitenlucht (smog). Smog kan leiden tot gezondheidsklachten bij mensen met gevoelige luchtwegen (zoals astma) of met hart- en vaatziekten. Maar ook bij mensen die zich zwaar lichamelijk inspinnen in de buitenlucht. Dat is te merken aan irritatie van ogen, neus en keel, hoesten en kortademigheid.

Als veel smog wordt verwacht, laat het RIVM een smogwaarschuwing uitgaan via o.a. nieuwsberichten en teletekst. Vermijd in dat geval (zware) lichamelijke inspanning buitenshuis, vooral in de namiddag en vroege avond. Verplaats deze activiteiten naar de vroege ochtend.

Voor meer informatie over smog en gezondheid:

Bureau Gezondheid, Milieu & Veiligheid GGD'en Brabant/Zeeland
tel. 0900 - 368 68 68
milieu@ggd-bureau-gmv.nl / www.ggd-bureau-gmv.nl