



Hitte- en ozonplan – waakzaamheidsfase Zomer 2020 – Covid-19

Het Brussels Hoofdstedelijk Gewest, zoals de rest van ons land kent zeer warme zomerperiodes waarbij de bevolking het risico loopt, geconfronteerd te worden met een hittegolf en/of met problemen ten gevolge van een te hoge ozonconcentratie in de lucht.

Elk jaar wordt "het Hitte- en ozonplan" gelanceerd. Het maakt het mogelijk om deze gebeurtenissen te anticiperen en acties te implementeren die de risico's voor de burgers beperken. Oudere mensen, baby's en jonge kinderen, chronisch zieken en hulpbehoevende personen (zeker als ze alleen wonen) zijn meer kwetsbaar en hebben een hoger risico. De waakzaamheidsfase is van kracht vanaf 15 mei tot 30 september en dit ongeacht de klimatologische omstandigheden.

Bijkomende informatie:

Ozon (O₃) is een gas dat op warme, zonnige dagen in de onderste luchtlagen gevormd wordt uit de aanwezige luchtverontreiniging.

Dit gebeurt onder invloed van zonlicht. Daarom gaat een hittegolf meestal gepaard met een ozonpiek.

Waakzaamheidsfase 15 mei tot 30 september

Waarschuwingfase

Begin
= T_{cumul} hoger of gelijk is aan 17°C

Einde
= T_{cumul} lager is dan 17°C (op dag D0) + de voorspelde T_{max} in Ukkel op dag D+3 lager is dan 25°C.

Alarmfase

Waarschuwingfase

EN

Er wordt voor de huidige dag een T_{max} voorspeld die hoger of gelijk is aan 28°C

EN

Er werd de vorige dag op minstens één meetplaats in België een overschrijding gemeten van de Europese informatiedrempel voor ozon van 180 $\mu\text{g}/\text{m}^3$

EN

voor de huidige dag worden overschrijdingen van de Europese informatiedrempel voorspeld in een significant deel van het land.

T_{cumul} = de voorspelde maximumtemperaturen (T_{max}) in Ukkel gebruikt. De T_{cumul} is de som van het verschil tussen de voorspelde T_{max} en 25 °C in Ukkel voor de volgende vijf dagen (D+1 tot D+5). Hierbij worden enkel de positieve verschillen in rekening gebracht.

Het hitte- en ozonplan is een progressief plan dat bestaat uit 3 verschillende fases.

De waakzaamheidsfase is de eerste fase. De beslissing om over te gaan naar de twee daaropvolgende fases, de waarschuwingfase en de alarmfase, gebeurt op basis van de temperatuurvoorspellingen voor 5 dagen door het [Koninklijk Meteorologisch Instituut \(KMI\)](#) in Ukkel, en de voorspellingen betreffende ozonconcentraties voor 2 dagen door de [Interregionale Cel voor het Leefmilieu \(IRCEL-CELINE\)](#)¹.

¹ IRCEL-CELINE is een samenwerkingsakkoord tussen de Belgische Staat, het Vlaams Gewest, het Brussels Hoofdstedelijk Gewest en het Waals Gewest. Deze cel buigt zich over de structurering van de gegevens over leefmilieu bestemd voor het Europees Milieugentschap. IRCEL verspreidt dagelijks een bulletin waarin de meetstations worden opgenomen waar de 10 hoogste concentraties gemeten worden van de belangrijkste luchtvervuilingspolluenten (ozon, fijn stof, zwaveldioxide, koolstofdioxide, stikstofoxiden).

Tijdens de waarschuwingsfase lanceert het Gewest sensibiliseringsacties rond de risico's van extreem warm weer en hoge ozonconcentraties ter attentie van lokale overheden, gezondheidsactoren en de volledige populatie.

Wanneer de IRCEL de waarschuwingsfase afkondigt zal ook de media u aan de juiste reflexen herinneren.

Symptomen van			
	Blootstelling aan hitte	Blootstelling aan ozon	Covid-19
	uitdroging	Hitte slag	
anosmie of dysgeusie (acuut)			X
ademnood	X	X	X
diaree (waterig)			X
donkere urine	X		
dorstgevoel	X		
droge mond en lippen	X		
duizeligheid	X		
eetlust (verminderd)			X
hartslag (snel)		X	
hoest			X
hoofdpijn	X	X	X
keelpijn		X	X
minder plassen	X		
misselijkheid		X	
niet meer zweten		X	
ogen (irritatie)		X	
prikkelbaarheid	X		
rhinitis			X
temperatuurstijging (vlug en plots)		X	X
thoracale pijn			X
uitputting	X		X
verkrampde spieren	X		X
verwardheid	X		
val (plots)			X

Hyperthermie versus koorts :

Hyperthermie = verhoogde lichaamstemperatuur door uitwendige invloed en tredt op na het leveren van inspanning en/of blootstelling aan hitte. Hyperthermie kan gepaard gaan met andere klachten.

Rust in een koele ruimte zorgt voor een substantiële daling van de lichaamskerntemperatuur (van 0,5 °C of meer, naar de normale 37°C) en het verdwijnen van de klachten.

Contacteer een arts indien de klachten aanhouden.



Services du Collège réuni de la Commission communautaire commune

Diensten van het Verenigd College van de Gemeenschappelijke Gemeenschapscommissie

Enkele tips om de periode van extreme hitte en ozonpieken beter door te komen, ook in tijden van covid-19.

!!! Respecteer steeds de regels aangaande sociale afstand en heb aandacht voor handhygiëne !!!

- Drink voldoende WATER (2 à 4 glazen per uur).
 - Gebruik steeds een individueel glas of drinkfles.
 - Drink niet rechtstreeks van de drinkwaterfontein en ontsmet uw handen na het gebruik van een publieke fontein.
 - VERMIJD alcohol, koffie, thee en gesuikerde dranken deze doen je enkel vocht verliezen en werken dehydratie in de hand.
- Beperk lichamelijke inspanning gedurende de warmste momenten van de dag .
- Het dragen van een mondkapje of andere persoonlijke beschermingsmiddelen verhoogt het risico op oververhitting. Wees attent op de symptomen en zorg voldoende rust- en afkoelmomenten.
- Zoek de koelte op, verfris je lichaam regelmatig, neem regelmatig een pauze
Brussel leefmilieu heeft op zijn website een lijst van de “[koele zones](#)” binnen Brussel
- Draag koele kleding die je afdoende beschermt tegen de zon
- Probeer ruimtes voldoende te ventileren. Wees er op attent dat de luchtstroom steeds naar buiten is. Het virus dat covid-19 veroorzaakt wordt verspreid via de luchtstroom. Hou hier rekening mee indien er meerdere personen in de geventileerde ruimte aanwezig zijn.
- Besteed extra aandacht aan: hulpbehoevenden, ouderen, kinderen en huisdieren.

Geef blijk van solidariteit wanneer er in uw omgeving jonge kinderen, ouderen, afhankelijke en/of alleenstaande personen zijn! De rust- en verzorgingstehuizen, de crèches en de dagcentra voor personen met een beperking hebben trouwens specifieke informatie ontvangen. De infolijn van Leefmilieu Brussel staat ook tot uw beschikking tijdens de waakzaamheidsfase. Tel. : 02/775.75.75.

Voor meer informatie over het ozon- en hitteplan kan u deze websites raadplegen:

Brochure Algemeen advies voor de Brusselse bevolking:

http://document.environnement.brussels/opac_css/elecfile/Fold_Ozone_NL

Algemene informatie:

<http://www.leefmilieu.brussels/themas/lucht-klimaat/ozon-en-hitteplan>

Preventie: de juiste reflexen -

<http://www.leefmilieu.brussels/themas/lucht-klimaat/ozon-en-hitteplan/preventie-de-juiste-reflexen>

Het plan in detail

<http://www.leefmilieu.brussels/themas/lucht-klimaat/ozon-en-hitteplan/het-plan-detail>