

KANTONALER HITZESCHUTZPLAN



Juni 2025

Departement für Gesundheit, Soziales und Kultur
Dienststelle für Gesundheitswesen
Kantonsarztamt

INHALTSVERZEICHNIS

Inhaltsverzeichnis.....	2
1 Einleitung.....	3
1.1 Definition Hitzewelle	3
1.2 Wissenschaftliche Grundlagen	3
1.3 Gesundheitliche Risiken	4
2 Situation im Wallis.....	5
2.1 Allgemeine Situation	5
2.1.1 Auswirkungen der Erderwärmung	5
2.1.2 Beispiele für besonders heisse Sommer	6
3 Der kantonale Hitzeschutzplan.....	7
3.1 Partner.....	7
3.2 Überwachungssystem.....	8
3.2.1 Zusammenarbeit mit MeteoSchweiz.....	8
3.2.2 Vor der Hitzesaison	8
3.2.3 Während der Hitzesaison	8
3.2.4 Massnahmen und Tätigkeiten des Kantons	9
3.2.5 Monitoring	10
3.3 Risikogruppen.....	10
4 Verhalten an Hitzetagen und bei Hitzewellen	12
4.1 Warnzeichen erkennen können und wissen, wie man reagiert.....	12
5 Kontaktangaben zum kantonalen Hitzeschutzplan	13

1 EINLEITUNG

Im Wallis hat wie in vielen anderen Regionen der Schweiz und der Welt die Hitzebelastung in den vergangenen Jahrzehnten deutlich zugenommen, was auf den Klimawandel zurückzuführen ist. Hitzetage und Hitzewellen werden in Zukunft noch häufiger und intensiver auftreten. Diese Situationen stellen eine extreme Belastung für den menschlichen Körper dar und können die Gesundheit gefährden. Der Kanton Wallis optimiert seinen Präventionsplan, um es der Bevölkerung, den Institutionen und den Behörden zu ermöglichen, sich wirksam und rechtzeitig auf bevorstehende Hitzetage oder Hitzewellen vorzubereiten.

1.1 Definition Hitzewelle

MeteoSchweiz erstellt seit 2005 Hitzewarnungen und optimiert und entwickelt das Warnsystem laufend weiter. Bis 2020 basierten die Hitzewarnungen auf dem Heat Index (HI). Seither dient die Tagesmitteltemperatur (auf Englisch abgekürzt Tmean) als Schwellenwert. Tmean ist definiert als Mittelwert aller Messwerte von Mitternacht bis Mitternacht des entsprechenden Tages. An den Stationen des [automatischen Messnetzes](#) von MeteoSchweiz wird die Temperatur alle zehn Minuten gemessen; pro Tag liegen somit 144 Einzelmessungen vor. Tmean stellt deshalb eine sehr robuste Grösse dar und spiegelt die Hitzebelastung über den ganzen Tag betrachtet repräsentativ wider.

Eine Hitzewelle liegt dann vor, wenn die Tages- und Nachttemperaturen während mindestens drei aufeinanderfolgenden Tagen hoch sind. In einem solchen Zeitraum liegen die Höchsttemperaturen zwischen ungefähr 31°C und 38°C und die Minimaltemperaturen in der Nacht zwischen ungefähr 17°C und 25°C. Zwei Parameter tragen dazu bei, dass ein Zeitraum als Hitzewelle definiert wird: die Stärke und die Dauer der Hitze.

Durch die Kombination aus den Tageshöchst- und -minimaltemperaturen kann die Tagesmitteltemperatur (Tmean) berechnet werden, auf deren Grundlage MeteoSchweiz die Hitzewellen in Bezug auf Stärke und Intensität kategorisiert und die Gefahrenstufe festlegt: Stufe 1 (keine Warnung), Stufe 2 (mässige Gefahr, für die Jahreszeit üblich), Stufe 3 (erhebliche Gefahr) oder Stufe 4 (grosse Gefahr).

Das Hitzewarnkonzept von MeteoSchweiz trat am 1. Juni 2021 in Kraft.¹

Schwellen	Dauer (Anzahl Tage ohne Unterbruch)				
	1	2	3	4	5
Tmean ≥ 27 °C					
Tmean ≥ 25 °C					
Tmean < 25 °C					
Gefahrenstufen:					

Hitzewarnungen für Behörden und Bevölkerung basierend auf der mittleren Tagestemperatur (Tmean) für Warnungen der Stufe 2 (gelb), Stufe 3 (orange) und Stufe 4 (rot). Bei grün erfolgt keine Warnung. Die Dauer ist jeweils als Mindestdauer zu verstehen. Lesebeispiel: Drei aufeinanderfolgende Tage mit Tmean über 27 °C entsprechen einer Warnung der Stufe 4.

1.2 Wissenschaftliche Grundlagen

Die Schwellenwerte und Kriterien des Hitzewarnsystems wurden auf der Grundlage von neuen wissenschaftlichen Erkenntnissen des Schweizerischen Tropen- und Public Health-Instituts (Swiss TPH) festgelegt. Die epidemiologischen Auswertungen zeigen, dass die Tagesmitteltemperatur (Tmean) gut

¹ <https://www.meteoschweiz.admin.ch/wetter/wetter-und-klima-von-a-bis-z/hitzewarnungen.html>

mit den Auswirkungen der Hitzebelastung korreliert, speziell mit der Sterblichkeit. Bereits ein einziger Tag mit hohen Temperaturen kann gefährlich für den menschlichen Körper sein. Deshalb wurde 2021 die zusätzliche Warnstufe 2 eingeführt, um auch vor kurzen, intensiven Hitzeperioden zu warnen.

Auch hohe nächtliche Temperaturen haben einen negativen Einfluss auf den menschlichen Organismus. Wenn die Nächte nicht ausreichend kühl sind, kann sich der Körper kaum erholen und die Hitzebelastung wird schlechter verkräftet, wie ein Projekt des NCCS zeigt. Daher ist Tmean eine geeignete Grösse, da über 24 Stunden gemittelt wird und somit auch die Nachttemperaturen berücksichtigt werden.

Laut dem Swiss TPH hat die Feuchtigkeit im Schweizer Klima einen Einfluss auf das Wohlbefinden, jedoch nicht auf die Mortalität. Die Feuchtigkeit wird mit Tmean jedoch indirekt berücksichtigt: Bei erhöhter Luftfeuchtigkeit kühlt es in der Nacht weniger stark ab. Entsprechend bewirkt eine höhere Minimaltemperatur eine höhere mittlere Tagestemperatur. Mit Tmean wird somit den neuen epidemiologischen Erkenntnissen in Bezug auf die Schweiz Rechnung getragen.

Das Kantonsarztamt ist daher in Bezug auf die Warnungen vor Hitzewellen und Hitzetagen besonders aufmerksam, da diese sich negativ auf die Gesundheit auswirken und eine Gefahr für besonders gefährdete Personen (ältere Menschen, chronisch Kranke, Kleinkinder und schwangere Frauen) darstellen können.

1.3 Gesundheitliche Risiken

Hitzeperioden können die Gesundheit beeinträchtigen. Zwar können diese Auswirkungen bei besonders gefährdeten Personen erheblicher sein, doch betroffen sind alle. **Insbesondere sind Hitzetage nicht auf Hitzewellen beschränkt.** Allgemein wirkt sich Hitze auf die Fähigkeit des Körpers aus, seine eigene Temperatur zu regulieren (Thermoregulation), und anhaltende Hitzeexposition auch ausserhalb von Hitzewellen kann zu körperlicher Erschöpfung führen.

Hitze beeinträchtigt die Gesundheit und kann Dehydrierung und Hitzschläge hervorrufen oder sogar zum Tod führen. Vor allem kann sie bereits bestehende Erkrankungen verschlimmern, etwa Herz-Kreislauf-, Atemwegs- und Nierenerkrankungen sowie psychische Erkrankungen. Aus wissenschaftlichen Publikationen geht ausserdem hervor, dass während Temperaturspitzen ein erhöhtes Infarktrisiko, das Auftreten von Infektionskrankheiten in Regionen, in denen sie nicht endemisch sind, Atembeschwerden in Phasen hoher Ozonkonzentration sowie Risiken für die psychische Gesundheit zu beobachten sind, die mit Zukunftsängsten, aber auch der Reizbarkeit und Erschöpfung, die diese Hitzeperioden hervorrufen können, in Verbindung stehen. Aus diesem Grund könnte die Zunahme der Risikofaktoren in Zusammenhang mit solchen Temperaturspitzen in den nächsten Jahren den Betrieb der sozio-medizinischen Systeme und Einrichtungen stören. Ausserdem verschlimmern Luftverschmutzung und Feuchtigkeit die Auswirkungen von Hitze. Neben den direkten Folgen von Hitze bestehen indirekte Risiken wie Ertrinken oder Hautkrebs.

Gesundheitliche Risiken können ab dem ersten Hitzetag auftreten und bis zu einer Woche nach der Hitzeperiode anhalten.

Für einige Personen ist das hitzebezogene Risiko grösser und erfordert besondere Aufmerksamkeit. Dabei handelt es sich um ältere Menschen (>75 Jahre), Menschen, die unter chronischen körperlichen oder psychischen Erkrankungen leiden, Medikamente einnehmen, kleine Kinder, Schwangere, Personen, die sich körperlich betätigen, Menschen mit Behinderung oder in prekärer Lage sowie Arbeitnehmer, die im Freien arbeiten oder Hitze ausgesetzt sind.

Das Bewusstsein dafür, dass Hitze zu gesundheitlichen Problemen führen kann, und die Fähigkeit, die entsprechenden Symptome zu identifizieren, sind zwei grundlegende Aspekte, um schwerwiegenden Folgen vorzubeugen. Auf individueller Ebene und für die Gesamtbevölkerung können einfache Schutzmassnahmen und die Umsetzung kleiner Verhaltensänderungen der Gesundheit äusserst

zuträglich sein. Dennoch bedürfen bestimmte oben genannte Personengruppen aufgrund ihrer besonderen Gefährdung zusätzlicher Aufmerksamkeit (siehe Punkt 3.3).

2 SITUATION IM WALLIS

2.1 Allgemeine Situation

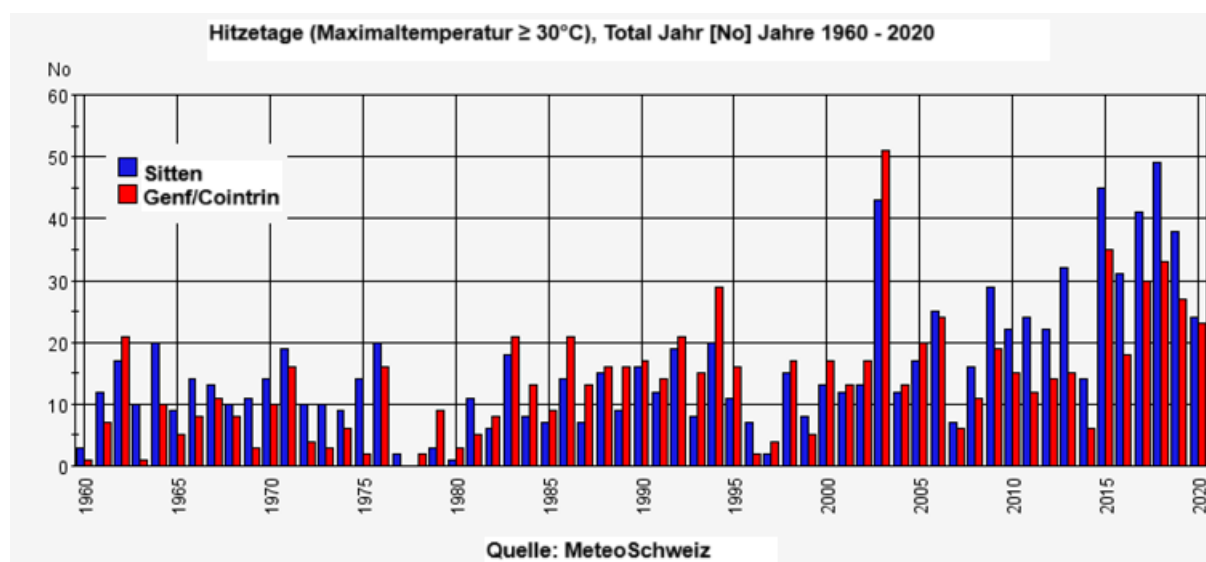
Das Klima im Wallis ist ein kontinentales Klima, das vom Mittelmeerraum beeinflusst wird, und zeichnet sich insbesondere durch starke Temperaturunterschiede zwischen den Jahreszeiten aus. Diese Temperaturunterschiede sind im Wallis im Allgemeinen stärker als zum Beispiel in den Regionen um den Genfersee².

Obwohl die Temperaturen im Wallis hoch sein können, kommt unserem Kanton aufgrund seiner geografischen Besonderheiten der Talwind als mildernder Faktor zugute. Dieser Wind entsteht durch die thermische Wärme, die an Sommertagen an den Hängen besonders stark ist. Durch die Umwälzung der Luftmassen sorgt der Wind dafür, dass die Temperaturen nicht weiter steigen, und führt bei starker Hitze zu einem spürbaren Luftzug. Ausserdem senkt er die relative Luftfeuchtigkeit, wodurch insbesondere die Nächte kühler werden.

2.1.1 Auswirkungen der Erderwärmung

In Mitteleuropa ist die Erwärmung ausgeprägter als im weltweiten Durchschnitt³, was deutliche Auswirkungen hat, insbesondere auf Hitzewellen und Temperaturspitzen. Die Erderwärmung wirkt sich in der Tat auf die Intensität und Häufigkeit von Hitzeperioden aus. Es ist zu erwarten, dass beides in Zukunft zunehmen wird⁴. Wenn keine wirksamen Massnahmen gegen die Erderwärmung ergriffen werden, ist davon auszugehen, dass diese Arten von Wetterphänomenen, die bisher als extrem betrachtet wurden, bis zu einem gewissen Grad gang und gäbe werden⁵.

Die Erderwärmung führt nicht nur dazu, dass die Anzahl der Hitzeperioden zunimmt, sondern auch die der Temperaturspitzen. In der folgenden Tabelle ist die Anzahl der „tropischen“ Tage pro Jahr in Genf und in Sitten aufgeführt:



² Karine Pythoud, EPFL, 2007, „Etude des terroirs viticoles valaisans“

³ BAG, 2013, „Klimaänderung – Ursachen, Auswirkungen und Massnahmen“

⁴ Urbinello, Damiano, und Künzli, Nino, 2015, „Le changement climatique concerne aussi la santé“

⁵ Urbinello, Damiano, Ragetti, Martina, und Rösli, Martin, 2015, „Was hat Klimapolitik mit Gesundheit zu tun?“

2.1.2 Beispiele für besonders heisse Sommer

Sommer 2003

In der Zeitspanne zwischen dem 3. und 13. August 2003 wurden die heissesten Temperaturen der letzten 500 Jahre gemessen. Diese führten zu einer Übersterblichkeit von 7 % (975 Todesfälle mehr als in den Vorjahren), vor allem bei älteren Menschen⁶.

Aussergewöhnlich starke Hochdruckgebiete beherrschten aussergewöhnlich lang das Wetter in der Schweiz und in anderen Ländern Mitteleuropas, wodurch diese Regionen unter dem Einfluss sehr heisser Luftmassen standen⁷. In Sitten bewegte sich die mittlere Tagestemperatur zwischen 24.7°C und 27.4°C; das Mittel während der elf Tage betrug 26°C. Die Höchsttemperaturen stiegen mehrfach auf über 37°C. Zum Vergleich: Die in Genf gemessene mittlere Tagestemperatur betrug 27.7°C. Dieser Unterschied war insbesondere darauf zurückzuführen, dass die Temperaturen in dieser Region nachts weniger stark sanken. In Städten wie Basel und Genf wurden Temperaturen von über 35°C am Tag und nicht unter 20°C in der Nacht gemessen. Dies erklärt mit Sicherheit die Übersterblichkeit in den Regionen der Alpennordseite im Sommer 2003⁸.

Sommer 2006

Mit Temperaturen zwischen 33°C und 35°C während elf Tagen traf im Sommer 2006 eine weitere Hitzewelle die Schweiz. Während dieses besonders heissen Zeitraums wurden zahlreiche Todesfälle verzeichnet. Dennoch war sie nicht mit Hitzewelle von 2003 vergleichbar, weder in Bezug auf die Dauer und noch in Bezug auf die Stärke.

Sommer 2011

Auch im Sommer 2011 wurden während neun bis zehn Tagen Temperaturen zwischen 30°C und 35°C gemessen. Die Tiefsttemperaturen in der Nacht lagen ausserdem zwischen 15°C und 18°C.

Sommer 2015

Im Monat Juli wurden während neun aufeinanderfolgenden Tagen Höchsttemperaturen zwischen 31°C und 37°C und Minimaltemperaturen zwischen 14°C und 21°C gemessen. An sieben dieser Tage lagen die Höchsttemperaturen zwischen 34°C und 37°C, die Minimaltemperaturen zwischen 18°C und 21°C. Während dieser Hitzeperiode wurde die Warnstufe 4 ausgerufen.

Nach einer kurzen zweitägigen Unterbrechung war eine weitere Hitzeperiode zu verzeichnen, während der an 15 aufeinanderfolgenden Tagen die Höchsttemperaturen zwischen 30°C und 35°C und die Minimaltemperaturen zwischen 15°C und 21°C lagen. Es wurde die Warnstufe 3 ausgerufen.

Sommer 2018

Ende Juli/Anfang August wurden im Wallis an elf aufeinanderfolgenden Tagen Höchsttemperaturen zwischen 34°C und 36°C und Minimaltemperaturen zwischen 18°C und 20°C verzeichnet, weswegen eine Hitzewarnung der Stufe 3 herausgegeben wurde. Ausserdem wurden in diesem Monat zahlreiche einzelne Tage mit tropischen Temperaturen (Tmax > 30°C) gemessen, unter anderem am Monatsende während fünf Tagen ohne Unterbrechung mit Höchsttemperaturen um 31°C.

Sommer 2019

Ende Juni/Anfang Juli war im Wallis eine neuntägige Hitzewelle zu beobachten. In Sitten wurden Höchsttemperaturen zwischen 32°C und 37°C (an sieben Tagen zwischen 34°C und 37°C) und Tiefsttemperaturen zwischen 17°C und 19°C gemessen. Vor diesem Hintergrund wurden Warnungen der Stufen 3 und 4 herausgegeben.

⁶ BAG, 2013, „Schutz bei Hitzewelle – Informationsmaterialien von BAG und BAFU“

⁷ BAG, 2013, « Klimaänderung – Vorsorge treffen, Todesfälle verhindern »

⁸ BAG, 2013, « Heat wave 2003 and mortality in Switzerland » (Universitäten Basel und Bern, 2005)

Nach einigen einzelnen Tagen mit tropischen Temperaturen Anfang Juli wurde Ende des Monats erneut eine Hitzeperiode verzeichnet. In diesem Zeitraum wurde eine Hitzewarnung der Stufe 3 herausgegeben. Während zehn aufeinanderfolgenden Tagen wurden Höchsttemperaturen zwischen 30°C und 38°C und Minimaltemperaturen zwischen 15°C und 18°C gemessen; an fünf dieser Tage betrugen die Höchsttemperaturen zwischen 35°C und 38°C.

Sommer 2022

Die Schweiz verzeichnete ihren zweitheissesten Sommer seit Beginn der Messungen im Jahr 1894. Die erste Hitzewarnung für das Wallis wurde bereits vom 17. bis 21. Juni herausgegeben. Es folgte eine Warnung für die gesamte Romandie vom 18. bis 20. Juli und bis zum 26. Juli für das Genferseegebiet, das Chablais und das Wallis. Schliesslich wurde vom 2. bis zum 5. August eine letzte Warnung für alle Regionen herausgegeben. Die Hitzewelle im Juli war besonders lang und stark. Das Jahr 2022 zeichnete sich durch das frühe Auftreten der ersten Hitzewelle aus.

Sommer 2023

Es wurden zwei Hitzewarnungen der Stufe 3 herausgegeben. Die erste vom 9. bis zum 11. Juli betraf das gesamte Mittelland sowie die Walliser Ebene und die Chablais-Ebene; die zweite dauerte vom 19. bis zum 24. August und betraf die gleichen Regionen. Die Höchsttemperaturen dieser beiden Ereignisse beliefen sich auf über 37°C in Genf und Sitten. In der Schweiz war noch nie zuvor eine so lange und starke Hitzeperiode zu dieser Zeit des Jahres beobachtet worden.

3 DER KANTONALE HITZESCHUTZPLAN

Der kantonale Hitzeschutzplan umfasst sowohl den Aspekt Prävention durch Information der Bevölkerung, der Behörden und der verschiedenen Partner als auch die Organisation eines aktiven Überwachungs- und Warnsystems jedes Jahr vom 15. Mai bis zum 15. September.

Das Kantonsarztamt empfiehlt den Partnern, während des gesamten Zeitraums Hitzeschutzmassnahmen anzuwenden, nicht nur in Zeiträumen, in denen MeteoSchweiz Hitzewarnungen der Stufen 3 und 4 festlegt und herausgibt.

3.1 Partner

Der kantonale Hitzeschutzplan sieht die Zusammenarbeit verschiedener Akteure vor:

- verschiedene Akteure der kantonalen Verwaltung, darunter das kantonale Führungsorgan, die Dienststelle für Arbeitnehmerschutz, die Dienststelle für Umwelt, die Dienststelle für Sozialwesen, die Dienststelle für Unterrichtswesen, die Sektion Information und Kommunikation (IVS);
- die Partner des sozio-medizinischen Sektors: Ärzte, Apotheker, Spitäler und Kliniken, SMZ, APH, Walliser Gesundheitsverbände und -ligen, VSÄG, PharmaWallis;
- die Dienststellen für Gesundheit und Kantonsärzte der anderen Kantone;
- Akteure aus dem Bereich Kinderbetreuung: frühkindliche Betreuungsstrukturen, Schulen;
- die Gemeindebehörden und Walliser Gemeindeverbände (Verband Walliser Gemeinden, Antenne région Valais romand, RWO Regions- und Wirtschaftszentrum Oberwallis AG);
- die Gewerkschaften der Bau-, Baustellen- und Handwerkssektoren;
- der Walliser Berufsverband der Unternehmen des Hoch- und Tiefbaus (WBV) und die Unternehmer;
- SUVA, SECO, BAG;
- MeteoSchweiz.

3.2 Überwachungssystem

3.2.1 Zusammenarbeit mit MeteoSchweiz

MeteoSchweiz ist dafür verantwortlich, Wetterwarnungen an die Behörden und die Bevölkerung herauszugeben. Das Kantonsarztamt steht regelmässig mit MeteoSchweiz in Kontakt.

MeteoSchweiz übermittelt dem Kantonsarztamt zwei Arten von Informationen:

- *Vorhersagen:* Jeden Tag wird eine 7-Tage-Vorhersage mit 14-Tages-Ausblick an das Kantonsarztamt versendet. Ziel ist es, die Entwicklung einer Hitzewelle möglichst genau vorherzusehen (ihren Anfang, ihre Dauer, ihr wahrscheinliches Ende). Diese Vorhersage wird nur an bestimmte Personen der kantonalen Behörden (Kantonsarztamt und Verantwortliche des Bevölkerungsschutzes) verschickt und ersetzt keinesfalls die Hitzewarnungen von MeteoSchweiz. Die Vorhersage umfasst die wahrscheinliche Entwicklung der Höchst- und Minimaltemperaturen in den nächsten Tagen.
- *Mitteilung von Hitzewarnungen:* Auf diese Weise übermittelt MeteoSchweiz dem Kantonsarztamt Hitzewarnmeldungen für die Stufen 3 und 4. Wenn dieser Fall eintritt, wird das Kantonsarztamt je nach Einschätzung der Lage täglich oder regelmässig zu *Briefing-Sitzungen* mit den Experten von MeteoSchweiz eingeladen, bei denen über die verschiedenen Szenarien in Bezug auf Dauer und Stärke der Hitzeperiode informiert wird.

Nur Warnungen der Stufen 3 und 4 werden offiziell an die Kantone weitergeleitet. Hitzewarnungen der Stufe 2 werden hingegen ausschliesslich über die App und die Website von MeteoSchweiz herausgegeben.

3.2.2 Vor der Hitzesaison

Jedes Jahr vor der Hitzesaison sendet das Kantonsarztamt eine E-Mail an die Partner, in der an die Empfehlungen zum Verhalten in diesem Zeitraum erinnert und nützliches Informations- und Sensibilisierungsmaterial zur Verbreitung bewährter Praktiken zum eigenen Schutz und zum Schutz anderer Personen vor Hitze übermittelt wird:

- Informationsmaterial des Bundesamts für Gesundheit (BAG): Links zu Flyern und Postern (zum Herunterladen oder kostenlosen Bestellen), die gut sichtbar in Räumen aufgehängt beziehungsweise im Netzwerk der verschiedenen Partner verteilt werden können.

➔ www.hitzewelle.ch

- Informationsmaterial des Kantons: Poster/Flyer zum Herunterladen auf der Website, Informationsblätter, Vademecums für die verschiedenen Partner (als Anlage zu diesem Dokument sowie zum Herunterladen auf der Website).

➔ www.vs.ch/hitzewelle

Durch dieses Material soll hauptsächlich an die Grundregeln an Hitzetagen und bei Hitzewellen erinnert werden: *körperliche Anstrengungen vermeiden, Wohnräume kühl halten, viel trinken – leicht essen*. Ausserdem zielt es darauf ab, alle Akteure des Netzes zu sensibilisieren, damit sie sich auf die im Falle von Hitzetagen oder Hitzewellen zu ergreifenden Präventionsmassnahmen vorbereiten können und diesbezüglich besonders aufmerksam sind.

3.2.3 Während der Hitzesaison

Das Kantonsarztamt empfiehlt den Partnern, sich laufend über die meteorologische Lage zu informieren und dafür die Website oder App von MeteoSchweiz zu nutzen, über die die Hitzewarnungen herausgegeben werden. Da Hitze auch ausserhalb von Hitzewellen Folgen hat, erinnert das Kantonsarztamt daran, dass Wachsamkeit auch unabhängig von den MeteoSchweiz-Warnungen der Stufen 3 und 4 geboten ist. Wenn die Stufen 3 oder 4 (siehe Tabelle unten, Punkt 3.2.4) gelten, sind die Partner aufgefordert, ihre Präventionsmassnahmen entsprechend ihrer Einschätzung der Lage zu verstärken und dementsprechend ihren eigenen Hitzeplan anzuwenden.

3.2.3.1 Beziehungen zum kantonalen Führungsorgan (KFO)

Über das Kantonsarztamt beteiligt sich auch die DGW gemeinsam mit den betreffenden Dienststellen der Verwaltung an der saisonalen Überwachung von Hitzewellen und Dürre des KFO, um auf kantonomer Ebene eine konsolidierte Verfolgung der Lage gewährleisten zu können.

3.2.4 Massnahmen und Tätigkeiten des Kantons

Der kantonale Hitzeschutzplan umfasst verschiedene Stufen und damit verbundene Massnahmen:

Handlungsstufen	Kriterien	Gesundheitliche Reaktionsphase	Entsprechende Massnahmen und Tätigkeiten
Stufe 0	Ausserhalb der Saison: vom 16. September bis zum 14. Mai	Vorbereitung	Aktualisierung der Pläne, Verfahren und Dokumente
Stufe 1	- Die Lage ist für die Jahreszeit normal. - Der <i>Tmean</i>-Index liegt unter 25°C. - Es wird keine gesundheitlich problematische Lage verzeichnet.	Überwachung – unaufgefordert eingeleiteter Zeitraum vom 15. Mai bis zum 15. September	- Vorhersagedaten 1x/Tag bei MeteoSchweiz einholen (gilt für die ganze Saison) - Informationen und Empfehlungen an Partner und Bevölkerung übermitteln, gelten für die ganze Saison - Informationsmaterial für Partner und Bevölkerung zur Verfügung stellen - Massnahmen zur Prävention der Folgen von Hitze während der ganzen Saison - Wöchentlicher Lagebericht in der KADAS-Überwachungsdatenbank des KFO
Stufe 2	<i>Tmean</i>-Index kurzzeitig $\geq 25^{\circ}\text{C}$ (maximal an zwei aufeinanderfolgenden Tagen) - Es wird keine gesundheitlich problematische Lage verzeichnet.	Warnung	- Regelmässige Kommunikation mit Partnern und Bevölkerung: Erinnerung an Empfehlungen - Vorhersagedaten 1x/Tag bei MeteoSchweiz einholen (gilt für die ganze Saison) - Massnahmen zur Prävention der Folgen von Hitze während der ganzen Saison - Wöchentlicher Lagebericht in der KADAS-Überwachungsdatenbank des KFO
Stufe 3	- Der <i>Tmean</i>-Index liegt an mindestens drei aufeinanderfolgenden Tagen bis zu maximal 10 Tagen bei $\leq 27^{\circ}\text{C}$ und $\geq 25^{\circ}\text{C}$ und/oder - Die Beurteilung der Gesundheitsrisiken erfordert eine Verstärkung der Massnahmen (Entwicklung der Anzahl Hospitalisierungen, der Sterblichkeit/Erkrankungsrate, Belastung der Spitäler/Gesundheitsdienste, sonstiges).	Verstärkung	- Vorhersagedaten 1x/Tag bei MeteoSchweiz einholen (gilt für die ganze Saison) - Regelmässiges Briefing mit MeteoSchweiz - Verstärkte Kommunikation an Partner und Bevölkerung - Pressemitteilung(en) - Verbreitung der Hitzewellenwarnung auf der Alertswiss-App über die IVS - Aufforderung, die kommunalen und institutionellen Pläne einzuleiten oder weiter anzuwenden - Verstärkung der Massnahmen zur Prävention der Folgen von Hitze - Einberufung der Hitzeschutzkrisenzelle je nach Beurteilung der Lage - Wöchentlicher Lagebericht in der KADAS-Überwachungsdatenbank des KFO (= problematische oder verschlechterte Situation je nach gesundheitlicher Entwicklung, entsprechend KFO-Überwachung) und tägliche Aktualisierung je nach Lage

Stufe 4	- Der <i>Tmean</i>-Index liegt während mindestens zehn Tagen bei $\geq 25^{\circ}\text{C}$ oder während mindestens drei Tagen bei $\geq 27^{\circ}\text{C}$. und/oder - Die Beurteilung der Gesundheitsrisiken erfordert eine Intensivierung der Massnahmen (Entwicklung der Anzahl Hospitalisierungen, der Sterblichkeit/Erkrankungsrate, Überlastung der Spitäler/Gesundheitsdienste, sonstiges).	Intensivierung	Wie Stufe 3, zusätzlich: - Intensivierung aller Massnahmen - Wöchentlicher Lagebericht in der KADAS-Überwachungsdatenbank des KFO (= problematische oder verschlechterte Situation je nach gesundheitlicher Entwicklung, entsprechend KFO-Überwachung) und tägliche Aktualisierung je nach Lage - Vorschlag an die Chefin des KFO, das KFO reduziert zu aktivieren
Stufe 5 <i>Besondere oder ausserordentliche Lage</i>	Verschlechterung der allgemeinen und gesundheitlichen Situation	Notlage	<u>Übernahme der Koordinierung durch das Kantonale Führungsorgan (KFO)</u> - Durchführung der Massnahmen entsprechend KKP Hitzewelle und Dürre - Priorisierung des Umgangs mit bestimmten Auswirkungen der Hitzewelle - Rückstellung bestimmter nicht-prioritärer Tätigkeiten

3.2.5 Monitoring

Die Überwachung der Gesundheitslage ist ebenfalls durch die Einrichtung einer Hitzeschutzkrisenzelle vorgesehen, in der Delegierte der verschiedenen betreffenden Organismen und Partner vertreten sind. Diese Krisenzelle kann vor und während der Hitzesaison je nach Notwendigkeit vom Kantonsarztamt einberufen werden, um den Bedarf und die Gesundheitssituation zu beurteilen.

Diese Krisenzelle besteht aus folgenden Vertretern:

- ein Mitglied des Kantonsarztamts (KAA)
- ein Allgemeinarzt (VSÄG)
- ein Kinderarzt (VSÄG)
- ein APH-Vertreter (AVALEMS/VWAP)
- ein SMZ-Vertreter (GVCMS/WVSMZ)
- ein Vertreter der Notfalldienste (Spital Wallis)
- ein Vertreter der Apotheken (PharmaWallis)
- ein Vertreter der Dienststelle für Arbeitnehmerschutz (DAA) oder Arbeitsarzt (Spital Wallis)

3.3 Risikogruppen

Hauptkategorien	Charakteristika
Menschen über 65 Jahren	Die Thermoregulation funktioniert weniger gut, sie schwitzen weniger und haben ein geringeres Durstgefühl. Aus diesem Grund können ältere Menschen sich häufig nicht angemessen vor Hitze schützen oder erachten dies als nicht notwendig. Deswegen müssen sie umfassend über die empfohlenen Verhaltensweisen informiert und dürfen nicht allein gelassen werden. Ratschläge für ältere Menschen als Anlage zu diesem Dokument und auf der Website www.vs.ch/hitzewelle
Säuglinge und Kleinkinder	Der Körper passt sich weniger gut an hohe Temperaturen an. Das grösste Risiko ist die Dehydrierung. Eine erhöhte Gefahr besteht bei Durchfall oder Krankheiten des Nervensystems. Ausserdem sind Säuglinge und Kleinkinder bei Hitzewellen und erhöhten Ozonwerten noch anfälliger, wenn sie an Herz-Kreislauf- oder Lungenkrankheiten leiden (zum Beispiel Asthma).

			Ratschläge für Eltern/das Umfeld von Säuglingen und Kleinkindern als Anlage zu diesem Dokument und auf der Website www.vs.ch/hitzewelle
Menschen mit chronischen Krankheiten (inkl. psychischen Erkrankungen)			Hierbei handelt es sich um Menschen mit Herz-Kreislauf- oder Hirngefässerkrankungen, Adipositas, Mangelernährung, Diabetes, neurologischen Krankheiten (Parkinson, Alzheimer usw.), Atemnot, Niereninsuffizienz und psychischen Erkrankungen (Schizophrenie und andere). Es gibt (harntreibende und andere) Medikamente, die in Kombination mit starker Hitze zu einem erhöhten Komplikationsrisiko führen können. Ratschläge für Menschen mit chronischen Erkrankungen als Anlage zu diesem Dokument und auf der Website www.vs.ch/hitzewelle
Schwangere Frauen			Schwangere Frauen sind für die Auswirkungen von Hitze anfälliger, besonders am Ende der Schwangerschaft. Ratschläge für schwangere Frauen als Anlage zu diesem Dokument und auf der Website www.vs.ch/hitzewelle

Dieser kantonale Plan hat ausserdem zum Ziel, Empfehlungen und/oder Beispiele für bewährte Praktiken zur Verfügung zu stellen, und sieht daher als Anlage Dokumente (Informationsblätter und/oder Vademecums) für alle im Folgenden aufgelisteten Partner vor:

- Gemeindebehörden
- SMZ
- Alten- und Pflegeheime
- Spitäler, Kliniken und Praxen
- Apotheken
- Betreuungsstrukturen und Schulen
- Sportpraxis

Alle Dokumente und Materialien sind ebenfalls auf der folgenden Website verfügbar und können dort heruntergeladen werden:

➔ www.vs.ch/hitzewelle

Es ist ausserdem darauf hinzuweisen, dass Arbeitnehmer, die im Freien arbeiten, ebenfalls zur Risikogruppe gehören. Diese Personen unterliegen jedoch einem gesonderten anderen Präventionsplan als dem für die oben beschriebenen Bevölkerungsgruppen.

Arbeitnehmer, die im Freien arbeiten	Personen, die im Freien arbeiten, können Hitze über lange Zeiträume ausgesetzt sein. Je nach Art der körperlichen Tätigkeit, der Arbeitsbedingungen und der Arbeitsausrüstung kann die Exposition gegenüber übermässiger Hitze zu Erschöpfung, Krämpfen, Unwohlsein oder Bewusstlosigkeit sowie zu einem erhöhten Risiko für Arbeitsunfälle führen. Unternehmen werden darauf hingewiesen, dass die Richtlinien des SECO (Innenräume) beziehungsweise SUVA (im Freien) einzuhalten sind. Diese wurden von der Dienststelle für Arbeitnehmerschutz und Arbeitsverhältnisse (DAA), die für den kantonalen Präventionsplan für Arbeitnehmer zuständig ist, weitergeleitet. Weitere Informationen auf der Website https://www.vs.ch/de/web/spt/travailler-au-soleil-et-par-fortes-chaleurs
---	--

4 VERHALTEN AN HITZETAGEN UND BEI HITZEWELLEN

Um sich vor den negativen Folgen von Hitzetagen oder Hitzewellen zu schützen, sollten einige Grundregeln eingehalten werden:

1. Umgang mit Hitze

- Hitze vermeiden
- die Körpertemperatur überwachen
- den Körper abkühlen
- enge Kleidung vermeiden
- die Wohnung möglichst kühl halten
- keine Menschen oder Tiere in parkenden Fahrzeugen zurücklassen

2. Ernährung

- genug trinken (mindestens 1,5 Liter pro Tag), noch bevor sich ein Durstgefühl einstellt
- kalte und leichte Speisen bevorzugen, die aus erfrischenden Lebensmitteln mit hohem Wasseranteil bestehen
- verderbliche Nahrungsmittel im Kühlschrank aufbewahren

3. Körperliche Anstrengung

- körperliche Anstrengung reduzieren oder vermeiden
- das durch körperliche Anstrengung verlorene Salz während oder nach der Anstrengung kompensieren

Ausserdem ist es wichtig, solidarisch zu handeln und sich um nahestehende Personen zu kümmern, vor allem wenn sie besonders anfällig für die Folgen von Hitze sind. Es wird empfohlen:

- sich regelmässig bei allein lebenden älteren Personen nach ihrem Wohlergehen zu erkundigen und im Voraus die rechtzeitige Umsetzung der bei Hitze notwendigen Schutzmassnahmen zu planen,
- besonders auf Kleinkinder zu achten (unter anderem auf Anzeichen für Erschöpfung und Müdigkeit, trockene Haut und trockene Lippen), sie vor Hitze zu schützen und daran zu denken, sie abzukühlen.

4.1 Warnzeichen erkennen können und wissen, wie man reagiert

Anhaltende Hitzeexposition kann insbesondere folgende Symptome hervorrufen:

- Schwindel, Bewusstlosigkeit
- Übelkeit, Erbrechen
- Erschöpfung, Kraftlosigkeit
- Kopfschmerzen
- Muskelschmerzen, Muskelkrämpfe
- Beschleunigte Atmung, erhöhte Herzfrequenz
- extremer Durst
- dunkles Urin in geringer Menge

Bei besorgniserregendem Gesundheitszustand kontaktieren Sie den Hausarzt oder nutzen Sie die auf der Website www.vs.ch/notfall aufgeführten Telefonnummern.

DER HITSCHLAG IST EIN LEBENSBEDROHLICHER NOTFALL

Wenn eine Person eine erhöhte Körpertemperatur hat, verwirrt oder bewusstlos ist und es nicht möglich ist, sie zum Trinken zu bewegen, **rufen Sie den Notruf 144.**

Während Sie auf den Rettungsdienst warten:

- Bleiben Sie bei der Person.
- Bringen Sie die Person an einen kühleren und schattigen Ort.
- Legen Sie, wenn möglich, feuchte, kühle Umschläge auf Kopf, Gesicht, Hals und Achseln der Person und wenden Sie auf dem restlichen Körper kaltes Wasser an.
- Fächeln Sie der Person so gut wie möglich Luft zu.

5 KONTAKTANGABEN ZUM KANTONALEN HITZESCHUTZPLAN

Kontakt	Telefonnummer	E-Mail	Adresse
Dienststelle für Gesundheitswesen	027 606 49 00	medecin-cantonal@admin.vs.ch	Avenue de la Gare 20 1950 Sitten