

Värmebölja och höga temperaturer

Information till fastighetsägare



Ihållande perioder av värme kan orsaka både hälsoproblem och ökad dödlighet. Både människor och djur kan bli uttorkade eller få värmeslag när det är varmt. Påverkan på samhällsviktiga verksamheter utanför vårdsektorn kan också bli betydande vid en värmebölja.

Att exponeras för värme medför olika stora risker för olika individer. Särskilda riskgrupper är:

- äldre personer
- personer som är kroniskt sjuka
- personer med funktionsnedsättning
- små barn
- gravida
- personer som tar vissa mediciner

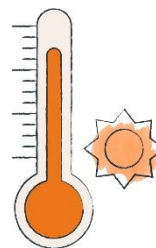


Höga inomhustemperaturer kan snabbt bli besvärliga för boende. I städer och tätorter kan det bli extra varmt. Där kan så kallade värmeöar bildas, vilket betyder att värmen stannar kvar och gör luften ännu varmare.

Värmen och torkan påverkar också jordbruket och naturen. Det blir särskilt svårt när luftfuktigheten är låg och det regnar lite. Värme i samband med torka kan leda till vattenbrist. Transporter, elektronisk utrustning och energiförsörjning kan också påverkas.

I Sverige definierar SMHI värmebölja som "en sammanhängande period då dygnets högsta temperatur är minst 25°C minst fem dagar i sträck".

Värmeböljor förväntas bli vanligare, intensivare och mer långvariga i framtiden. Det är därför viktigt att vidta förebyggande åtgärder som minskar människors och verksamheters exponering för höga temperaturer.



Ta reda på risken

- Prognoser och varningar för höga temperaturer finns på SMHI:s webbplats.
- I Myndigheten för civilt försvars kartportal finns en värmekartering. Karteringen visar vilka maximala marktemperaturer som uppmätts under sommarmånaderna i Sverige.
- I vissa kommuner finns kartläggningar över värmeöar och bebyggelse som riskerar att utveckla höga temperaturer.

Före

- Grönska och vatten ger nedkylningseffekt. Skapa skugga med träd och grönska i anslutning till fastigheter. Ersätt hårdgjorda ytor med gräs eller anlägg en damm.
- Se till att fastigheten har fungerande solskydd, till exempel markiser och persienner.
- Välj fasad- och takmaterial, färger och andra byggnadsmaterial med goda termiska egenskaper.
- Se till att det finns svala platser, såsom källarutrymmen eller svala lokaler och uteplatser dit man kan förflytta sig.
- Kontrollera fastighetens ventilation och se över isolering samt eventuellt kylsystem.
- Lokalisera värmekänslig utrustning, till exempel servrar, till naturligt svala utrymmen, alternativt säkerställa att överhettning undviks.
- Införskaffa utrustning som kan minska inomhustemperaturen eller mildra effekterna vid värmebölja, såsom bärbar luftkonditionering eller ismaskiner.
- Ha en plan för vad du ska göra vid en värmebölja, till exempel rutiner för kommunikation med hyresgäster.

Under

- Var uppmärksam på inomhustemperaturen och följ SMHI:s prognoser och varningar.
- Ordna en sval miljö. Använd gardiner, persienner och markiser och vädra på natten när det är svalt. Försök att vistas på svala platser.
- Informera hyresgäster om möjliga åtgärder. Var särskilt uppmärksam på sårbara grupper.
- Om möjligt, stäng av värmekällor som till exempel datorer, TV och andra elektriska apparater.
- Ha koll på brandrisken. Tänk på att vid torrt och varmt väder ökar brandrisken i skog och mark. Träbyggnader kan också torka och bli mer lättantändliga vid en värmebölja.
- Under en normal sommar gäller Folkhälsomyndighetens allmänna råd att inomhustemperaturen under sommaren inte bör överstiga 26 grader. Det finns dock undantag vid extrema väderförhållanden.

Efter

- Besikta fastigheten. Högre temperaturer öka risken för sprickbildning på takpapp, fasader och fönsterkarmar.
- Ventilation och kylsystem som har arbetat på högvarv kan behöva servas.

Mer information

[Boverket, Värmebölja](#)

[Folkhälsomyndigheten, Värmebölja](#)

[Krisinformation.se](#)

[Myndigheten för civilt försvar,
Värmebölja](#)

[Om vätskebrist och uttorkning på
1177.se](#)

[SMHI vädervarningar](#)

[SMHI värmebölja](#)

