

## #DHMZ UPOZORAVA:#

Prognostičari DHMZ-a ažurirali su razine upozorenja na toplinski val koji može djelovati na zdravlje. Najvažnija promjena odnosi se na petak i subotu, kada će za riječku, splitsku i dubrovačku regiju biti na snazi crveno upozorenje, odnosno vrlo velika opasnost od toplinskog vala koji može djelovati na zdravlje.

Do četvrtka je na Jadranu na snazi narančasto upozorenje, što znači veliku opasnost od toplinskog vala. Za kninsku regiju na snazi je žuto upozorenje, odnosno umjerena opasnost.

Zbog dugotrajnog razdoblja visoke temperature zraka, za petak i subotu podignuta je razina upozorenja. Za riječku, splitsku i dubrovačku regiju na snazi je crveno upozorenje, što znači vrlo veliku opasnost od toplinskog vala koji može djelovati na zdravlje. U unutrašnjosti će opasnost biti umjerena i velika, odnosno na snazi su žuto i narančasto upozorenje.

Podsjećamo, na Jadranu će i noći biti tople i vrlo tople, s najnižom temperaturom uglavnom između 23 i 28 °C. Najviša dnevna temperatura bit će između 33 i 38 °C. Tijekom vikenda će i na kopnu najviša dnevna temperatura ponegdje biti viša od 35 °C.

Prema prognostičkim materijalima, vrućina se nastavlja i u nedjelju te početkom tjedna, a zatim raste nepouzdanost prognoze pa se u ovom trenutku ne može s velikom sigurnošću reći hoće li vrućina popustiti.

Pod utjecajem polja visokog tlaka zraka koje se zadržava nad većim dijelom Europe, uz daljnji dotok vrlo toplog zraka s jugozapada i juga, iznadprosječna toplina za ovo doba godine zadržat će se u Hrvatskoj do kraja ovog tjedna i nastaviti u prvoj polovini idućeg.

Na Jadranu su i dalje na snazi [upozorenja](#) na umjerenu (*žuto upozorenje*) i veliku opasnost (*narančasto upozorenje*) od toplinskog vala koji može djelovati na zdravlje.

### **Jadran: temperatura zraka noću ponegdje se neće spuštati ispod 25 °C.**

Na Jadranu uz vruće dane, kada najviša dnevna temperatura iznosi 30 °C ili više, dodatan rizik predstavljaju i tople noći, kada se temperatura zraka ne spušta ispod 20 °C, te vrlo tople noći, kada ostaje na 25 °C ili više. Takvi uvjeti otežavaju kvalitetan san, odmor i oporavak organizma. To se osobito odnosi na obalna urbana središta, gdje se temperatura zraka noću ponegdje ne spušta ispod 25 °C.

Osvježenje se može potražiti u [moru](#), čija je temperatura trenutno od 23 do 27 °C. No i more će se idućih dana postupno, blago zagrijavati.

### **Unutrašnjost: od petka sve češće iznad 35 °C**

U unutrašnjosti će temperatura zraka tijekom tjedna nastaviti rasti. Od petka će najviše dnevne vrijednosti sve češće dosežati ili prelaziti 35 °C, pa se prema vikendu i u dijelu unutrašnjosti očekuje upozorenje na toplinski val s mogućim utjecajem na zdravlje.

U utorak i srijedu lokalno su još mogući pljuskovi s grmljavinom, a rijetko i tuča, uglavnom sitnijeg zrna. U vrućim danima takvi se pljuskovi mogu razviti brzo i biti vrlo lokalizirani, ali i intenzivni. Od četvrtka će vjerojatnost za lokalne pljuskove i grmljavinu biti vrlo mala jer će zrak nad Hrvatskom biti sve siromašniji vlagom.

## Pratite upozorenja i zaštitite se od vrućine

Pratite upozorenja i prognoze na [meteo.hr](http://meteo.hr) te se pridržavajte savjeta nadležnih službi. U najtoplijem dijelu dana, između 11 i 17 sati, izbjegavajte izlaganje suncu. Boravite u hladu ili rashlađenom prostoru i pijte dovoljno tekućine. Ako morate biti na otvorenom, neka to bude što kraće i obavezno koristite pokrivalo za glavu, prikladnu odjeću i zaštitnu kremu.

## UV indeks visok do vrlo visok

Uz pretežno sunčano, često i vedro vrijeme, UV indeks bit će visok, a u većem dijelu zemlje i vrlo visok. UV indeks pokazuje stupanj opasnosti od UV zračenja: što je njegova vrijednost veća, veća je i opasnost od štetnog djelovanja UV zračenja na kožu i oči.

[Prognozu najvišeg dnevnog UV-indeksa](#) i [objašnjenje kategorija s preporukama](#) za zaštitu možete pronaći na stranicama DHMZ-a ([meteo.hr](http://meteo.hr))

## Zašto vrućina nije samo broj na termometru

U ovakvim uvjetima korisno je pratiti i [prognozu Osjeta ugode](#), po gradovima. Osjet ugode ne ovisi samo o temperaturi zraka, nego i o relativnoj vlažnosti zraka te brzini vjetra.

Vlažnost zraka ima važnu ulogu u tome kako doživljavamo vrućinu. Kada je zrak vlažan, znoj sporije isparava s kože pa se tijelo teže hladi. Zbog toga vrućina može biti znatno neugodnija i opterećujuća za organizam, čak i kada temperature nisu rekordne. Time se povećava i rizik od toplinskog stresa, osobito kod osjetljivijih skupina.

## Toplinski val zahvatio je veći dio Europe

Toplinski val zahvatio je veći dio Europe, od zapadnog i središnjeg dijela kontinenta do dijelova Ujedinjenog Kraljevstva. Ponegdje je temperatura i oko 40 °C, što je za ovo doba godine ekstremno, a mjestimice su oboreni i temperaturni rekordi. Zbog vrućine su u više europskih zemalja na snazi narančasta, ponegdje i crvena upozorenja.

Osim na zdravlje ljudi, dugotrajna i intenzivna vrućina može imati posljedice i za poljoprivredu, gospodarstvo, životinje i biljke. Toplinski stres ne pogađa samo ljude. Visoke temperature mogu otežati rast biljaka, povećati potrebu za vodom i dodatno opteretiti životinje, osobito ako vrućina traje više dana zaredom.

## Upozorenja na opasnost od toplinskog vala

U Hrvatskoj se [upozoravanje na opasnost od toplinskog vala](#) provodi od 15. svibnja do 15. rujna. Sustav je razvijen u suradnji s Ministarstvom zdravstva, Hrvatskim zavodom za javno

# Crveni meteo alarm za Istru i Rijeku: Opasni toplinski val, temperature za vikend još rastu

Kategorija: VIJESTIAžurirano: Utorak, 23 Lipanj 2026 14:27

Objavljeno: Utorak, 23 Lipanj 2026 08:39

---

zdravstvo, Hrvatskim Crvenim križem i drugim institucijama. Upozorenja se objavljuju za tekući dan i sljedeća četiri dana na temelju prognoze najniže i najviše temperature zraka. (iPress)

## Prognoza najvišeg dnevnog UV-indeksa

