



# කාලගුණ විද්‍යා දෙපාර්තමේන්තුව

வளிமண்டலவியல் திணைக்களம்

Department of Meteorology

TP : 011 2686686

Fax : 011 2691443

E-mail : metnmc@gmail.com

Web : www.meteo.gov.lk

නිවේදන අංකය : 19

WW/H/19/04/10/19

වර්ෂය : ඇමරි

ඉදිරි දින තුන සඳහා උණුසුම් කාලගුණ තත්ත්වය පිළිබඳව අවවාදාත්මක නිවේදනය

කාලගුණ විද්‍යා දෙපාර්තමේන්තුවේ, ස්වභාවික විපත් පිළිබඳ පූර්ව අනතුරු ඇඟවීමේ මධ්‍යස්ථානය විසින් 2019 අප්‍රේල් මස 11 වන දින සිට 13 වන දින දක්වා වලංගු වන පරිදි, 2019 අප්‍රේල් මස 10 වන දින සවස 03.00 ට නිකුත් කරන ලදී.

2019 අප්‍රේල් 09 වන දින කාලගුණික මධ්‍යස්ථානවල වාර්තා වූ උපරිම උෂ්ණත්ව අගයන්.

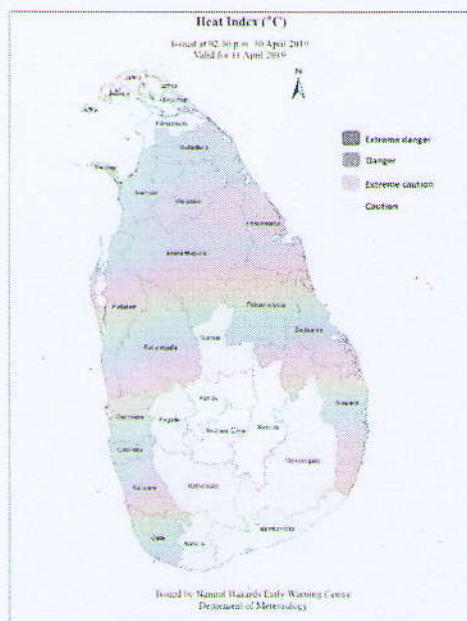
කාලගුණික මධ්‍යස්ථානය	උපරිම උෂ්ණත්ව අගය (°C)	කාලගුණික මධ්‍යස්ථානය	උපරිම උෂ්ණත්ව අගය (°C)	කාලගුණික මධ්‍යස්ථානය	උපරිම උෂ්ණත්ව අගය (°C)
අනුරාධපුරය	37.0	මොණරාගල	35.4	පොතුවිල්	33.9
බදුල්ල	30.7	කටුගස්තොට	32.8	පුත්තලම	34.2
බණ්ඩාරවෙල	26.2	කටුනායක	34.0	රත්මලාන	34.1
මඩකලපුව	32.8	කුරුණෑගල	37.8	රත්නපුරය	36.0
කොළඹ	33.6	මහ ඉලුප්පල්ලම	36.7	ත්‍රිකුණාමලය	35.5
ගාල්ල	32.0	මන්නාරම	33.2	වවුනියාව	37.8
හම්බන්තොට	33.2	පොළොන්නරුව	37.5	මත්තල	35.6
යාපනය	34.7	නුවරඑළිය	22.0		

ඉදිරි දින තුන සඳහා උණුසුම් දර්ශක අනාවැකිය:

විමසිලිමත් වන්න!

ඉදිරි දින තුන තුළදී පහත ප්‍රදේශවල උණුසුම් දර්ශකය එනම් මිනිස් සිරුරට දැනෙන උණුසුම 'වැඩි අවධානය' යොමු කළ යුතු මට්ටමක පවතින යැයි අපේක්ෂා කෙරේ.

2019 අප්‍රේල් 11



උතුරු මැද, වයඹ, නැගෙනහිර සහ බස්නාහිර පළාත් සහ ගාල්ල, මන්නාරම, වවුනියා සහ මුලතිව් දිස්ත්‍රික්කවල බොහෝ ස්ථාන වල.

EMERGENCY OPERATIONS DIVISION

RECEIVED

Date : 2019-04-10

Time : 1530 hrs

*Lalew*

D (Ops)/DO/ADO

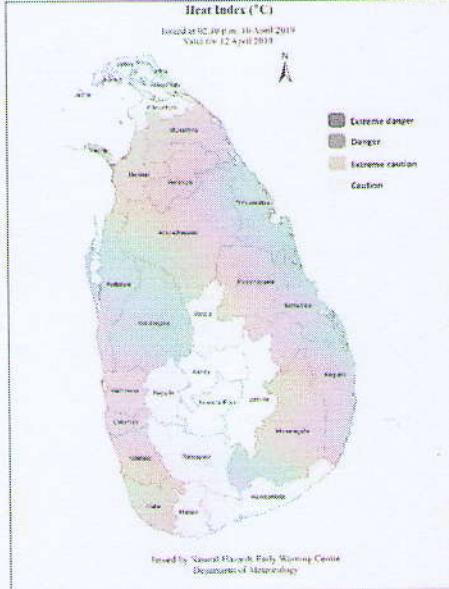
DISASTER MANAGEMENT CENTRE



**කාලගුණ විද්‍යා දෙපාර්තමේන්තුව**  
**வளிமண்டலவியல் திணைக்களம்**  
**Department of Meteorology**

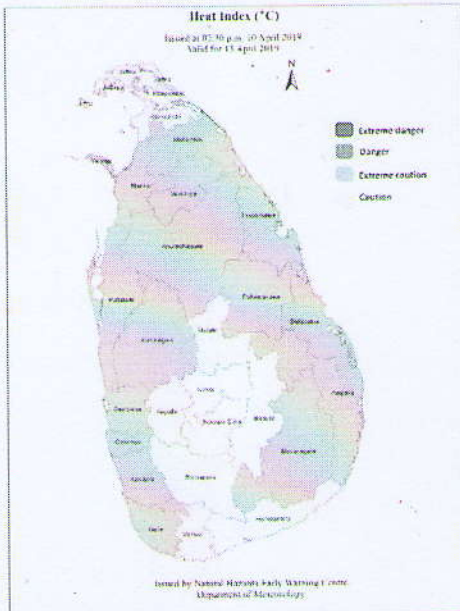
TP : 011 2686686  
Fax : 011 2691443  
E-mail : metnmc@gmail.com  
Web : www.meteo.gov.lk

**2019 අප්‍රේල් 12**



උතුරු මැද, වයඹ, නැගෙනහිර සහ බස්නාහිර  
පළාත් සහ ගාල්ල, මොණරාගල, මන්නාරම,  
වවුනියා සහ මුලතිව් දිස්ත්‍රික්කවල බොහෝ  
ස්ථාන වල.

**2019 අප්‍රේල් 13**



උතුරු මැද, වයඹ, නැගෙනහිර සහ බස්නාහිර  
පළාත් සහ ගාල්ල, මොණරාගල, මන්නාරම,  
වවුනියා සහ මුලතිව් දිස්ත්‍රික්කවල බොහෝ  
ස්ථාන වල.





# කාලගුණ විද්‍යා දෙපාර්තමේන්තුව

வளிமண்டலவியல் திணைக்களம்

Department of Meteorology

TP : 011 2686686

Fax : 011 2691443

E-mail : metnmc@gmail.com

Web : www.meteo.gov.lk

අධික උෂ්ණ දර්ශකය (°C)	අනතුරු ඇඟවීම් මට්ටම	
27-32	අවධානය	වැඩි වෙලාවක් නිරාවරණය වීම සහ ක්‍රියාකාරකම් වල නියුතු වීම තුළින් තෙහෙව්වු තත්ත්වයක් ඇති විය හැක. තව දුරටත් ක්‍රියාකාරකම් වල නියත වීම තුළින් විෂලනය සහ ලවණ ඉවත් වීම නිසා ඇති වන මස්පිඩු පෙරලීම (heat cramps) ඇති විය හැක.
32-41	වැඩි අවධානය	විෂලනය සහ ලවණ ඉවත් වීම නිසා ඇති වන මස්පිඩු පෙරලීම (heat cramps) සහ අධික උෂ්ණත්වය නිසා ඇති වන අධික මහන්සිය (heat exhaustion) ඇති විය හැක. තව දුරටත් ක්‍රියාකාරකම් වල නියත වීම තුළින් ශරීරයේ උෂ්ණත්ව නියාමන ක්‍රියාවලිය අඩපන වීම නිසා ඇති වන ආසාන තත්ත්වය (heat stroke) ඇති විය හැක.
41-54	අනතුරුදායකයි	විෂලනය සහ ලවණ ඉවත් වීම නිසා ඇති වන මස්පිඩු පෙරලීම (heat cramps) සහ අධික උෂ්ණත්වය නිසා ඇති වන අධික මහන්සිය (heat exhaustion) ඇති වීමේ වැඩි හැකියාවක් ඇත. ඇති විය හැක. තව දුරටත් ක්‍රියාකාරකම් වල නියත වීම තුළින් ශරීරයේ උෂ්ණත්ව නියාමන ක්‍රියාවලිය අඩපන වීම නිසා ඇති වන ආසාන තත්ත්වය (heat stroke) ඇති වීමේ හැකියාව වඩා ඉහළයි.
54 ට ඉහල	ඉතා අනතුරුදායකයි	ශරීරයේ උෂ්ණත්ව නියාමන ක්‍රියාවලිය අඩපන වීම නිසා ඇති වන ආසාන තත්ත්වය (heat stroke) ඇති වීමේ අතිශය ඉහල හැකියාවක් ඇත.

ඉහත උණුසුම් දර්ශකය(Heat Index) කාලගුණවිද්‍යා දෙපාර්තමේන්තුව විසින් ගෝලීය ගණිතමය කාලගුණ අනාවැකි ආකෘති දත්ත විශ්ලේෂණ මගින් ලබාගත් වායුගෝලීය ආර්ද්‍රතාවය සහ උපරිම උෂ්ණත්ව අගයයන් යොදා ගනිමින් හෙට දිනය සඳහා ගණනය කර ඇති දර්ශකයක් වන අතර මෙය ශරීරයට දැනෙන තත්ත්වයකි. මෙය විය හැකි උපරිම වායුගෝලීය උෂ්ණත්වය නොවේ.

එම දර්ශකය අනුව මිනිස් ශරීර සෞඛ්‍ය තත්ත්වයට විය හැකි බලපෑම ඉහත වගුවේ දක්වා ඇත. මෙය සෞඛ්‍ය, පෝෂණ සහ දේශීය වෛද්‍ය අමාත්‍යාංශයේ සහයෝගය සහ උපදෙස් අනුව සකසා ඇත.

## ක්‍රියාකළ යුතු ආකාරය

**වැඩ බිම් තුල :** ප්‍රමාණවත් ලෙස ජලය පානය කරන්න. සෙවණ ඇති ස්ථාන වල හැකි පමණ විවේක ගන්න.

**නිවෙස් තුල :** වැඩිහිටි සහ රෝගී පුද්ගලයින් පිළිබඳ සැලකිලිමත් වෙන්න.

**වාහන තුල :** කුඩා ළමුන් වාහන තුල තනියම රඳවා නොයන්න.

**එළිමහනේ :** අධික වෙහෙසකාරී කටයුතු සීමා කරන්න. සෙවණ ඇති ස්ථාන වල රැඳෙන්න. ප්‍රමාණවත් ලෙස ජලය පානය කරන්න.

**ඇඳුම් :** සුදු හෝ ලා පැහැති සැහැල්ලු ඇඳුම් භාවිතා කරන්න.

සටහන :

මීට අමතරව, සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශයේ ආපදා පෙර සූදානම් සහ ප්‍රතිචාර දැක්වීමේ ඒකකය මගින් මේ පිළිබඳව නිකුත් කරන නිවේදන පිළිබඳ අවධානය යොමු කරන්න. වැඩි විස්තර සඳහා 011-7446491 දුරකථන අංකය අමතන්න.





කාලගුණ විද්‍යා දෙපාර්තමේන්තුව  
வளிமண்டலவியல் திணைக்களம்  
Department of Meteorology

TP : 011 2686686  
Fax : 011 2691443  
E-mail : metnmc@gmail.com  
Web : www.meteo.gov.lk

Bulletin No: 19  
COLOR: Amber

WW/H/19/04/10/19

## Heat index Advisory for next three days

Issued by the Natural Hazards Early Warning Centre  
At 03.00 p.m. 10<sup>th</sup> April 2019 valid for 11<sup>th</sup> – 13<sup>th</sup> April 2019

### Maximum temperatures reported on 09<sup>th</sup> April 2019.

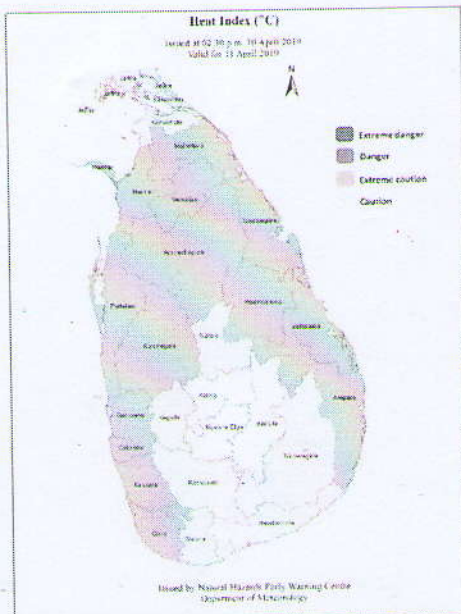
Met station	Maximum Temperature (°C)	Met station	Maximum Temperature (°C)	Met station	Maximum Temperature (°C)
Anuradhapura	37.0	Monaragala	35.4	Pothuvil	33.9
Badulla	30.7	Katugasthota	32.8	Puttalam	34.2
Bandarawela	26.2	Katunayake	34.0	Rathmalana	34.1
Barricaloa	32.8	Kurunagala	37.8	Rathnapura	36.0
Colombo	33.6	Maha Illuppallama	36.7	Trincomalee	35.5
Galle	32.0	Mannar	33.2	Vavuniya	37.8
Hambanthota	33.2	Polonnaruwa	37.5	Mattla	35.6
Jaffna	34.7	Nuwara Eliya	22.0		

### Heat index forecast for next three days:

#### PLEASE BE AWARE

Heat index, the temperature felt on human body is expected to increase up to 'Extreme Caution' level in following areas during next three days.

11<sup>th</sup> April 2019



Most parts of North-central, North-western, Eastern and Western provinces and Galle, Mannar, Vavuniya and Mullaitivu Districts.

EMERGENCY OPERATIONS DIVISION

RECEIVED

Date : 2019-04-10

Time : 15:30 hrs

Lalend  
D (Ops)/DO/ADO

DISASTER MANAGEMENT CENTRE