Hessen brennt! Hitzewelle mit 38 Grad – So schützen Sie sich!

Hessen erlebt eine Hitzewelle mit Temperaturen bis zu 38 Grad. Wir informieren über Wetterwarnungen und Gesundheitstipps.

Frankfurt, Deutschland - Hessen steht vor einer Hitzewelle, die in den kommenden Tagen die Temperaturen bis zu 38 Grad ansteigen lässt. Am Montag wird das Wetter noch sonnig mit Quellwolken über dem Bergland erwartet, während die Temperaturen zwischen 31 und 36 Grad liegen. Besonders intensiv wird die Hitze am Dienstag und Mittwoch, wo die Werte sogar die 38-Grad-Marke überschreiten könnten, selbst in höheren Lagen sind Temperaturen über 30 Grad möglich. Allein am Dienstag könnte die Sonnenscheindauer über 15 Stunden betragen, was zu einem hohen UV-Index führen wird. Diese Bedingungen erhöhen die Gefahr von Sonnenbränden, wie die F.A.Z. berichtet.

Doch die Hitze bringt nicht nur Sonne, sondern auch Risiken mit sich. An heißen Tagen sollten gesunde Erwachsene mehr als 1,5 Liter Flüssigkeit zu sich nehmen, um Dehydrierung zu vermeiden. Besonders gefährdet sind ältere Menschen sowie Personen mit Vorerkrankungen, wie Herz-Kreislauf- oder Lungenerkrankungen. Der ZDF heute weist darauf hin, dass im Sommer 2022 rund 9.100 Menschen in Deutschland an Hitze starben, was die Zahl der Todesfälle durch Verkehrsunfälle und Drogenkonsum übersteigt.

Vorbereitung auf extreme Wetterlagen

In Anbetracht der zunehmenden Gefahren durch das Klima hat die Stadt Frankfurt einen ȣKlimawandelaktionsplanȣ vorgestellt. Dieser zielt darauf ab, die Bürger vor klimabedingten Notsituationen zu schützen. Hans-Georg Dannert, Leiter des Klimareferats, äußerte sich zu den Erwartungen an einen effektiven Plan, der auch Maßnahmen für häufigere Waldbrände beinhaltet. Insbesondere in der Südhälfte Hessens werden am kommenden Wochenende Hitzewarnungen ausgegeben, und die Feuerwehr soll in Zukunft schneller auf Waldbrände reagieren können.

Das Gesundheitsamt wird vor allem für den Schutz vulnerabler Gruppen ج wie ältere Menschen, Schwangere und Obdachlose ج zuständig sein, um sie vor den Folgen von Hitze, Hochwasser und anderen Klimafolgen zu schützen. Hessenschau berichtet außerdem über versteckte Gefahren wie die Ausbreitung von Zecken und anderen Schädlingen, die mit den steigenden Temperaturen einhergehen.

Gesundheitsrisiken bei extremer Hitze

Die gesundheitlichen Auswirkungen extremer Temperaturen sind nicht zu unterschätzen. Laut den Fachleuten sollten körperliche Anstrengungen während der heißesten Tageszeit vermieden werden. Zudem empfehlen sie regelmäßiges Trinken und die Nutzung von kühlenden Mitteln wie feuchten Tüchern

oder lauwarmen Duschen. Die Risiken sind vielfältig: Von Dehydrierung bis hin zu ernsthaften gesundheitlichen Komplikationen ist alles möglich. Es ist daher wichtig, gerade auch auf die älteren und alleinlebenden Mitmenschen zu achten, wie ZDF heute in seinen Empfehlungen deutlich macht.

Während Hessen sich auf die bevorstehenden heißen Tage vorbereitet, ist es umso wichtiger, aufmerksam zu sein und entsprechende Vorkehrungen zu treffen, um die Gesundheit aller zu schützen und mögliche Gefahren dadurch zu reduzieren.

Details	
Ort	Frankfurt, Deutschland
Quellen	• www.faz.net • www.hessenschau.de • www.zdfheute.de

Besuchen Sie uns auf: nag-hessen.de