

Hitze und Gesundheit



Gesundheitsgefahren durch Extremwetter und Umweltveränderungen

In Bayern wird es immer heißer. Für das Jahr 2050 kann die Wissenschaft zuverlässig prognostizieren, dass Hitzeperioden mit über 40°C regelmäßig auftreten werden. Die hohen Temperaturen stellen insbesondere die Stadtbevölkerung vor Herausforderungen. Hitze kann direkte gesundheitliche Beeinträchtigungen hervorrufen (siehe unten). Sie wirkt aber auch indirekt dadurch, dass der Stadtraum als Raum zur Erholung, für Sport und um sich mit anderen zu treffen, nutzbar ist.¹

Hochrisikogruppen

- ältere Menschen ab 65 Jahren
- Kinder, insbesondere Säuglinge

Weitere Risikogruppen

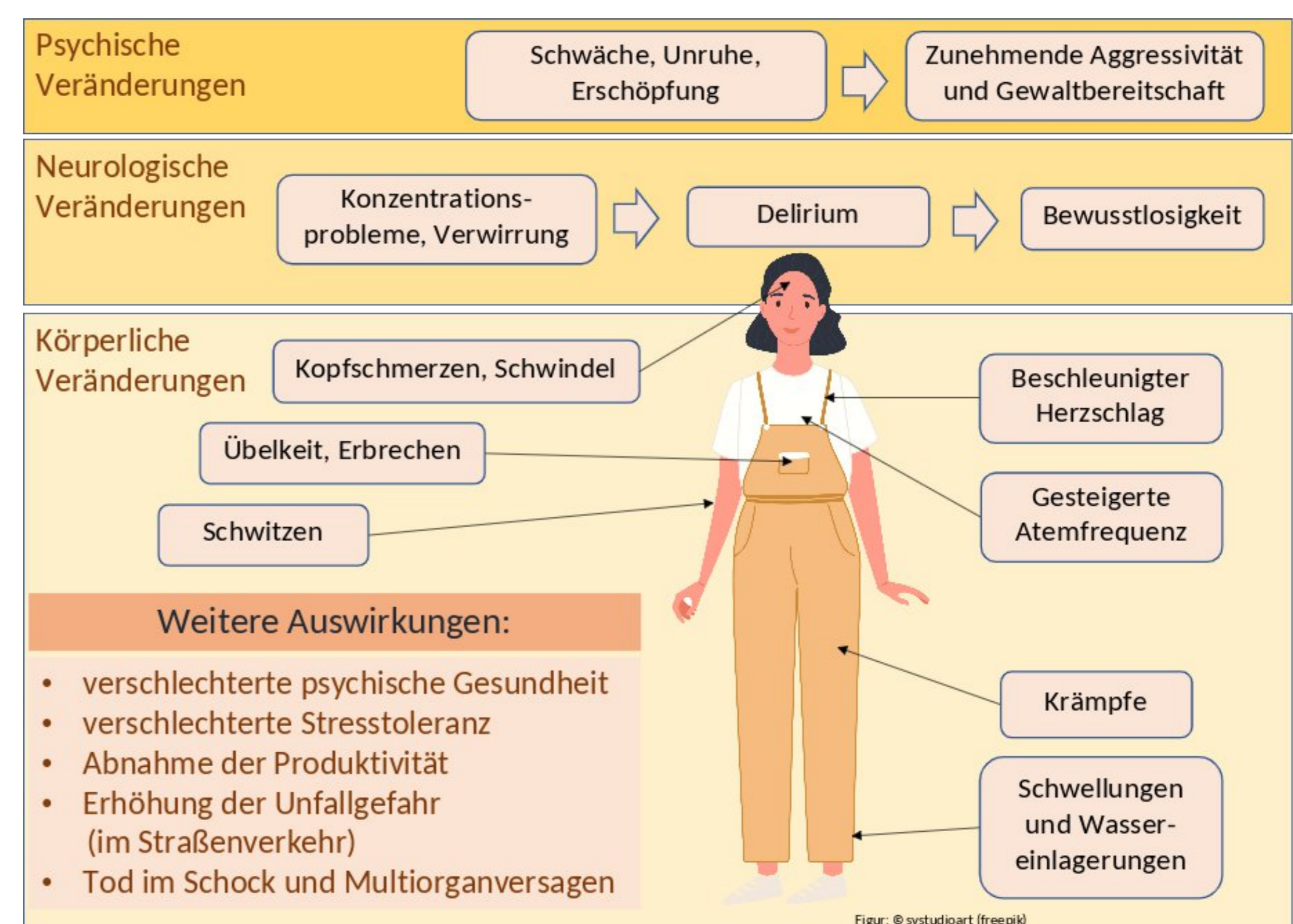
- Schwangere
- Freizeit- und Leistungssportler:innen
- wohnungslose Menschen
- Menschen mit Übergewicht
- Menschen, die im Freien und/oder schwer arbeiten
- Menschen mit Abhängigkeitserkrankungen
- Menschen mit chronischen Erkrankungen
- Menschen, die Medikamente nehmen⁴

Hitze und ihre Auswirkungen auf die menschliche Gesundheit

Gefährdungen durch Hitze und Klimawandel

Das Deutsche Komitee Katastrophenvorsorge e.V. hat festgestellt, dass 96% der Todesfälle aufgrund von Naturkatastrophen zwischen 1990 und 2020 durch Hitze verursacht wurden – mehr als bei Stürmen und Überschwemmungen zusammen. Hitzewellen sind zwar noch immer seltener, aber tödlicher. Allein während der Hitzewelle im Jahr 2003 starben in Deutschland schätzungsweise 7.600 Menschen, in Europa insgesamt bis zu 70.000 Menschen.

Schätzungen gehen von mehreren Hundert bis mehreren Tausend hitzebedingten Todesfällen jährlich in Deutschland aus².



Figur: © istudicart (freepik)
Auswirkungen von Hitze auf die Gesundheit (Quelle: eigene Darstellung)

Auswirkungen auf die Gesundheitsversorgung

Hitzewellen können bestehende Krankheiten verschlimmern und die Wirksamkeit von Medikamenten beeinträchtigen. Da sie gleichzeitig auf die gesamte Bevölkerung wirken, kommt es zu einem stark erhöhten Aufkommen von akut Erkrankten und Hilfesuchenden. Dies führt zu überlasteten Rettungsdiensten, überfüllten Notaufnahmen und zahlreichen Todesfälle. Zusätzlich ist auch das medizinische Personal durch die Hitze nur eingeschränkt leistungsfähig. Unser Gesundheitssystem, Kommunen und Land sind nicht ausreichend auf Hitze vorbereitet.³

Hitzebedingte Gesundheitsprobleme

Hitzausschlag: Schweiß verdunstet nicht → Schweißdrüsen verstopfen → Ausschlag

Hitzekrampf: Starkes Schwitzen → Flüssigkeits- und Elektrolytmangel → Krämpfe

Hitzeohnmacht: Erweiterung Blutgefäße → Blutdruck fällt ab → Gehirndurchblutung sinkt

Sonnenstich: Sonneneinstrahlung auf Kopf → Überwärmung → Reizung der Hirnhäute

Ein Sonnenstich kann zu einem Hirnödem führen → Rettungsdienst alarmieren bei Verschlechterung oder fehlender Besserung!

Hitzschlag: Abkühlung durch Schwitzen nicht weiter möglich → Wärmestau → Körpertemperatur > 40°C

Ein Hitzschlag ist lebensbedrohlich → sofort Rettungsdienst alarmieren!

Während Hitzewellen werden **Krankenhauseinweisungen** häufiger und es tritt eine **Übersterblichkeit** durch Hitzestress oder Hitzschlag auf. Auch Todesfälle durch andere Erkrankungen häufen sich, da Hitze bestimmte Vorerkrankungen verschlimmern kann.⁵



Diese und weitere Informationen finden Sie auf hitze.info

¹ Geo.de o.J.
² an der Heiden et al. 2019
³ Bach 2022, Deutscher Wetterdienst 2021, Health ForFuture o.J., Russo et al. 2015, Süddeutsche Zeitung 2021
⁴ RKI 2022
⁵ an der Heiden et al. 2019