Staatskanzlei
Kommunikation

Rathaus / Barfüssergasse 24
4509 Solothurn
Telefon 032 627 20 70
kanzlei@sk.so.ch
www.so.ch

Medienmitteilung**Neuer Bericht: Was die Hitze mit der Gesundheit macht**

Solothurn, 12. August 2020 – In den nächsten Tagen bleiben die Temperaturen voraussichtlich um die 30 Grad. Das bedeutet zwar gutes Badewetter, ist aber auch ein erhebliches Gesundheitsrisiko. Das unterstreicht ein neuer Bericht des Bundesamts für Gesundheit. Doch mit einfachen Verhaltensregeln können Sie sich vor einem drohenden Hitzestress schützen.

Ein neuer Bericht, den das Schweizer Tropeninstitut (Swiss TPH) im Auftrag des Bundesamts für Gesundheit verfasst hat, zeigt die gesundheitlichen Auswirkungen von Hitze in der Schweiz auf. Hohe Temperaturen haben in der Schweiz in den bisher vier wärmsten Sommer (2003, 2015, 2018 und 2019) zusätzliche Todesfälle verursacht. Während der Hitzewellen steigt die Anzahl täglicher Todesfälle vor allem in der Deutschschweiz an. Insgesamt ist die hitzebedingte Übersterblichkeit 2018 und 2019 im Vergleich zu den bisher wärmsten Sommern (2003 und 2015) jedoch deutlich geringer ausgefallen, als meteorologisch zu erwarten gewesen wäre.

Besondere Gefahr für verletzbare Personengruppen

Von einer Hitzewelle spricht man dann, wenn die Temperaturen mehrere Tage über 30 Grad liegen und nachts nicht unter 20 Grad fallen. Mit Blick auf die Wetterprognosen der nächsten Wochen ist also besondere Vorsicht geboten, denn: Eine Hitzewelle stellt für insbesondere verletzbare Personengruppen ein

erhebliches Gesundheitsrisiko dar. Dazu gehören ältere oder chronisch kranke Menschen, Schwangere und Kleinkinder. Symptome für einen sogenannten Hitzestress können erhöhte Körpertemperatur, Schwindel, Übelkeit und Kopfschmerzen sein.

Für einen effektiven Schutz vor Hitzestress gilt es folgende Verhaltensregeln zu beachten:

- **Vermeiden Sie körperliche Anstrengungen.**
- **Halten Sie Innenräume und Körper möglichst kühl.**
- **Nehmen Sie regelmässig und ausreichend Flüssigkeit zu sich, mindestens jedoch 1,5 Liter pro Tag.**
- **Verpflegen Sie sich mit erfrischenden, kühlen Speisen.**
- **Gleichen Sie während und nach sportlichen Betätigungen den Salzverlust aus.**
- **Lassen Sie weder Personen noch Tiere im abgestellten Fahrzeug zurück.**

Weitere Informationen finden sich auf der Homepage des Kantonsärztlichen Dienstes www.so.ch/kantonsarzt unter dem Abschnitt «Umwelt und Tiere».