Ressort: Lokales

Hitzewelle gut überstehen

Guter Rat für heiße Tage

Hamburg, 27.07.2018, 21:18 Uhr

ots - Dieser Tage werden wir von einer extremen Hitzewelle heimgesucht. Richtiges Verhalten kann Leben retten und die Gesundheit schützen. Die Hamburger Feuerwehr wendet sich an die Bewohner der Freien und Hansestadt mit wertvollen Tipps für den Alltag in dieser Hitze.

Wenn die Temperaturen die 30-Grad-Marke knacken, kann es sehr schnell vorkommen, dass der Kreislauf Schwierigkeiten bereitet.

Hier ein paar Verhaltensregeln für heiße Tage:

+ leichte, nicht einengende Kleidung tragen

+ wenn möglich, im Schatten aufhalten

+ Sonnenschutzmittel nicht vergessen

+ Leichte Mütze, Cap oder Hut tragen

+ kühle Räume anstatt der prallen Sonne den Vorzug geben

+ viel trinken - Wasser, Saftschorlen, Eistee,...

+ Alkohol meiden

+ Sport abends oder früh morgens treiben, Mittagshitze meiden

+ Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor nicht vergessen

Und sollte es dennoch in dieser brütenden Hitze plötzlich zu einem unerwarteten Kreislaufproblem kommen, ist sofort die Notrufnummer 112 zu wählen und der Rettungsdienst der Feuerwehr Hamburg zu alarmieren. Rechtzeitiges Handeln rettet hierbei Leben! Besser ist jedoch, die vorher angeführten Empfehlungen zu befolgen, damit es erst gar nicht zu einem Notfall kommt.

Bericht online:
https://www.germandailynews.com/bericht-109446/hitzewelle-gut-ueberstehen.html

Redaktion und Veranwortlichkeit:
V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV:

Haftungsausschluss:
Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich.

Editorial program service of General News Agency:
UPA United Press Agency LTD
483 Green Lanes
UK, London N13NV 4BS
contact (at) unitedpressagency.com
Official Federal Reg. No. 7442619