

Montag, 15. April 2024, Hersfelder Zeitung / Lokales

„Die Zahl der Hitzetoten steigt“

MONTAGSINTERVIEW - mit Dr. med. Axel Saure über Wärmeschutz in den Städten



Klima-Oasen sind an heißen Tagen wichtige Rückzugsorte: Ein solcher Ort ist der Bad Hersfelder Schilde-Park mit schattenspendenden Bäumen und Wasser zur Abkühlung durch den Geisbach oder den Wassertisch auf dem Dr. Axel Saure sitzt. Die vor allem bei Kinder beliebten kühlende Wasserspiele funktionieren allerdings seit geraumer Zeit nicht mehr. Die reflektierende Oberfläche auf dem Foto ist nur Regenwasser. Foto: Struthoff

Bad Hersfeld – Im Zuge des Klimawandels nimmt die Zahl der sehr heißen Tage auch bei uns deutlich zu. Über das Thema Hitzeprävention und die gesundheitlichen Folgen von zu viel Wärme auf den menschlichen Körper sprach Kai A. Struthoff mit Dr. med. Axel Saure, Facharzt für Neurologie, Geriatrie und Rehabilitationswesen, der als abteilungsleitender Oberarzt am Klinikum Bad Hersfeld arbeitet und sich privat auch in der Bad Hersfelder Klima-Initiative engagiert.

Herr Dr. Saure, heiße Sommer gab es früher schon. Was ist jetzt anders?

Auch bei uns wird der Klimawandel deutlich spürbar, denn es gibt immer mehr heiße Tage mit Temperaturen über 30 Grad – oft auch in Kombination mit Tropennächten, in denen es nicht richtig abkühlt. Diese Tage sind vor allem für ältere Menschen, für Schwangere und ihre Babys, für Kleinkinder und für Menschen, die draußen arbeiten müssen, gesundheitlich sehr belastend. Im Jahr 2022 gab es europaweit 60 000 Hitzetote, in

Deutschland waren es allein 4500. An den Hitzetagen geht die Sterblichkeit deutlich hoch. Natürlich gab es schon früher Menschen, die aufgrund von Hitzefolgen starben. Aber jetzt gibt es eben mehr Hitzetage als etwa in den 1960er Jahren – und deshalb steigt auch die Zahl der Hitzetoten.

Was macht die Hitze medizinisch mit dem Körper?

Um unsere Körperkerntemperatur bei etwa 36 bis 37 Grad zu halten, haben wir gewisse Abwehrmechanismen. Dazu gehört das Schwitzen, aber dazu gehört auch die Hautdurchblutung, die bei Hitze erheblich erhöht wird. Gerade sie belastet den Kreislauf sehr stark und beansprucht Herz, Gehirn und andere Organe. Vor allem ältere Menschen, die vielleicht auch noch chronisch vorbelastet sind und zum Beispiel Nieren-, Herz- oder Lungenerkrankungen haben, führt das an ihre körperlichen Grenzen, zumal auch noch die Empfindlichkeit für Luftschadstoffe steigt. Die wenigstens Menschen sterben zwar am Hitzschlag oder anderen direkten Hitzefolgen, aber viele halten die körperliche Reaktion auf die große Wärme medizinisch nicht durch und sterben zum Beispiel an Herz- oder Nierenversagen. Übrigens leiden auch Menschen mit psychischen Problemen besonders unter großer Hitze. Deshalb steigt an heißen Tagen auch die Zahl der Suizide.

Sie plädieren für einen Hitzeaktionsplan. Was ist damit gemeint?

In anderen Ländern, wie etwa Frankreich und Spanien, hat man gute Erfahrungen mit solchen Hitzeaktionsplänen als Handlungsbasis gemacht – zum Beispiel in unserer Partnerstadt L'Haÿ-les-Roses bei Paris. Dort hat sich gezeigt, dass man Menschen vor Erkrankungen oder gar dem zu frühen Tod schützen kann, wenn man systematisch mit Hitzewarnungen umgeht. Dazu gehört die Nutzung von Hitzewarnsystemen, die hier etwa der Deutsche Wetterdienst zur Verfügung stellt. Auch in Deutschland haben einige Städte derartige Hitzeaktionspläne. Wenn große Hitze droht, dann werden Pflegedienste, Krankenhäuser und besonders gefährdete Menschen rechtzeitig informiert. Dazu gehören auch Fortbildungen für Pflegeberufe, soziale Dienste und die Bevölkerung. Hitzeaktionspläne beinhalten aber auch städtebauliche Maßnahmen, um zum Beispiel kühle Räume oder auch schattige Grünflächen, Dach- und Fassadenbegrünung in den Städten zu schaffen.

In südlichen Ländern, ja eigentlich fast überall auf der Welt, ist es schon lange deutlich wärmer als bei uns. Die Menschen dort kommen auch damit klar. Wenn mir heiß ist, suche ich Abkühlung, das weiß man doch. Wo-

für braucht es da Aktionspläne?

Das ist ein Trugschluss, denn die Hitzeaktionspläne kamen zuallererst aus den südlichen, wärmeren Ländern, vielleicht sind die Menschen dort einfach aufmerksamer für die hohen Risiken. Und gerade bei uns wissen viele eben nicht, was man tun sollte. Sie reißen dann beispielsweise an heißen Tagen alle Fenster auf und lassen die Wärme ins Haus, anstatt morgens zu lüften und dann die Fenster geschlossen zu halten und zu verdunkeln. Auch bei uns trifft man immer wieder auf Menschen, die bei großer Hitze intensiv Sport betreiben, und andere, die trotz Hitze anstrengende Arbeit draußen verrichten müssen. In südlichen Ländern hingegen macht man zu dieser Zeit eher Siesta, die Menschen verlagern ihre Aktivitäten in die Morgen- und Abendstunden.

Trotzdem zieht es gerade viele Senioren im Ruhestand in den sonnigen und warmen Süden. Ist das nicht ein Widerspruch?

Manchmal schon: Ich verstehe nicht, warum Urlauber auf brennende griechische Inseln reisen. Aber grundsätzlich ist die Hitzetoleranz bei Menschen unterschiedlich. Und als Urlauber arbeite ich ja auch nicht, sondern kann mich in der Mittagshitze in den Schatten zurückziehen oder im Wasser abkühlen. Aber einem relevant herzkranken Menschen würde ich Urlaub in einem sehr heißen Land nicht empfehlen.

Wie kann man sich bei uns an sehr heißen Tagen schützen, wenn man keine Klimaanlage und keinen Swimmingpool hat?

Zunächst sollte man Hitze vermeiden und schattige Plätze suchen. Man sollte lange, luftige Kleidung tragen, um sich vor der direkten Strahlenbelastung durch die Sonne zu schützen. Man kann bewusst an begrünte Orte wie etwa den Stiftspark gehen, denn dort ist es deutlich kühler. Man sollte aber auch dafür sorgen, dass das eigene Heim nicht überhitzt, und nachts und frühmorgens gründlich durchlüften, damit auch die Möbel und Wände wieder auskühlen können. Außerdem muss man genug trinken und leichte Kost essen, die den Kreislauf nicht zusätzlich belastet. Auch wenn ein eiskaltes Bier an heißen Tagen verlockend ist, sind lauwarme Getränke empfehlenswerter.

Eine besondere Situation gibt es in Senioren- und Pflegeheimen, wo ja viele gesundheitlich vorbelastete, ältere und oft bettlägerige Menschen betreut werden. Wie können sie geschützt werden?

Hessen ist in diesem Bereich so eine Art Vorreiter. Pflegeheime sind in un-

serem Bundesland verpflichtet, Hitzeschutzpläne vorzuhalten. Das heißt, die Mitarbeiter sind besonders geschult, die Küchen sind angehalten, entsprechende Speisen bei Hitze anzubieten. Außerdem geht es darum, die Baulichkeiten zu verändern, um die Bewohner zu schützen. Es geht aber auch um leichtere Zudecken oder die Versorgung mit genügend Getränken. In diesem Bereich sind unsere Pflegeheime schon gut aufgestellt, das haben wir bei Nachfragen der Klima-Initiative erfahren.

Sie plädieren auch für die Schaffung von Klima-Oasen – also begrünten, schattigen und kühleren Orten. Wie soll das in unseren eng bebauten oft versiegelten Innenstädten funktionieren?

In Bad Hersfeld haben wir schon einige solcher Klima-Oasen – etwa im Schilde-Park mit der freigelegten Geis, aber auch im Stiftsbezirk oder Kurpark. Das sind Klima-Oasen, in denen es kühler ist als an anderen Orten. Aber natürlich bringen auch Sonnenschirme, wie sie die Gastronomie aufstellt, eine Menge. Trotzdem sollte man überlegen, ob man zum Beispiel auf dem Marktplatz auf etliche Parkplätze zugunsten von schattigen Bäumen verzichten kann. Fassaden- und Dachbegrünungen können gute Ergänzungen darstellen.

Sie selbst und die Klima-Initiative informieren regelmäßig über Hitzeprävention – zuletzt im Stadtplanungsausschuss von Bad Hersfeld. Treffen Sie auf offene Ohren in der Lokalpolitik?

(lacht) In der Kommunalpolitik gibt es ja sehr unterschiedliche Ohren. Deshalb kann ich noch nicht genau beurteilen, ob unsere Botschaften auch ankommen. Die Stadtpolitiker, die mich eingeladen hatten, finden das Thema wichtig, von anderen habe ich noch nichts gehört. Allerdings erleben wir viel Interesse und Offenheit bei den zuständigen Mitarbeitern der Stadtverwaltung. Wir arbeiten oft an Symptomen, aber wir müssen beim Thema Hitze auch am Grundproblem – dem Klimawandel arbeiten. Wenn wir die heutigen Klimaschutzziele von maximal 1,5 oder 2 Grad Erderwärmung nicht erreichen, droht uns ein ungebremster Temperaturanstieg, dem man auch mit Aktionsplänen kaum noch begegnen kann. Deshalb muss zum Hitzeschutz für die Menschen heute auch Klimaschutz für die Menschen von morgen gehören.

Am 23. April findet um 17 Uhr im Bürgerhaus Hohe Luft ein Informationsabend zum Thema Hitzeprävention für Senioren statt, den die Klima-Initiative gemeinsam mit dem Fachbereich Generationen der Stadt veran-

staltet.

Die Klima-Initiative nimmt am Hitzeaktionstag der Bundesärztekammer am 5. Juni teil. An diesem Tag gibt es einen Vortrag zum Thema Hitze und Gesundheit um 18 Uhr im Buchcafé.