

Hitze-Alarm in Bautzen: Tipps gegen die extreme Sommerwärme!

Bautzen meldet hohe Temperaturen und Waldbrandgefahr. Experten geben Tipps für den Umgang mit der Hitze und kritisieren den Haushalt.



Bautzen, Deutschland - Die ersten Sommerferien in Sachsen stehen vor der Tür und mit ihnen bringt das Wetter eine deutliche Hitze mit sich. Ab Dienstag werden Höchsttemperaturen von über 30 Grad bis zu 35 Grad erwartet, und die Temperaturen werden nachts nicht unter 20 Grad fallen. Besonders besorgniserregend ist die hohe Waldbrandgefahr, die sich in den kommenden Tagen weiter verschärfen wird. Laut **Tag24** ist mit der höchsten Waldbrandgefahrenstufe für den gesamten Norden Sachsens zu rechnen. Dies könnte für zahlreiche Freizeitaktivitäten in der Natur problematisch werden.

Ältere Menschen und Herzkranke müssen während dieser Hitzeperiode besonders vorsichtig sein. Professor Steffen Schön,

Chefarzt an den Oberlausitz-Kliniken, empfiehlt, den Kontakt zu gefährdeten Personengruppen aufrechtzuerhalten und ihnen praktische Tipps für die heißen Tage zu geben. Dazu zählt, ausreichend Flüssigkeit zu sich zu nehmen und die eigenen Wohnräume hitzefest zu machen, etwa indem man sie abdunkelt und schattige Plätze schafft, wie auf [Sächsische.de](https://www.saechsische.de) berichtet. Es ist zudem ratsam, leichte Kleidung zu tragen und körperliche Aktivitäten in die kühleren Morgen- oder Abendstunden zu verlegen.

Vorsichtsmaßnahmen und Tipps

Besonders wichtig ist es, die Warnhinweise des Deutschen Wetterdienstes (DWD) zu beachten. Dieser stellt nicht nur fest, dass die Hitze in Deutschland zunimmt, sondern gibt auch wichtige Ratschläge zur Vorbeugung gegen Hitzeschäden. Bei einer gefühlten Temperatur von 38 Grad spricht der DWD von extremer Wärmebelastung. Um sich auf die Hitze vorzubereiten, sollten Menschen ausreichend Getränke bereithalten, darunter Mineralwasser und Kräutertees. Zudem ist es ratsam, regelmäßig zu lüften und kalte Fußbäder zur Abkühlung zu verwenden, wie auf der Website [BBK](https://www.bkk.de) erklärt wird.

Die Waldbrandgefahr ist besonders hoch, und es wird geraten, betroffene Waldgebiete zu meiden. In den Risiko-Zonen sollte auf gewohnte Praktiken wie Grillen oder das Entzünden von Feuer verzichtet werden. Stattdessen ist es ratsam, nur an ausgewiesenen Plätzen zu grillen und darauf zu achten, dass keine brennenden Gegenstände in die Natur geworfen werden. Wer sich nicht an diese Hinweise hält, gefährdet nicht nur sich selbst, sondern auch die Natur.

Umgang mit der extremen Hitze

Ein gesundes Maß an Vorsicht kann in den kommenden Tagen Gold wert sein. Für alle, die in der Natur unterwegs sind, gilt es, Sonnenschutzmittel mit ausreichendem Lichtschutzfaktor zu verwenden und auf eigene Sicherheit zu achten. In dieser Zeit

sind regelmäÙige Besuche bei älteren Nachbarn oder Freunden besonders wichtig, um sicherzustellen, dass es ihnen gut geht.

In einer Zeit, in der die Temperaturen ansteigen und die Natur leidet, ist es von zentraler Bedeutung, achtsam und solidarisch zu handeln. Die Schattenseiten der Sommerhitze wirken sich nicht nur auf den Menschen aus, sondern stellen auch eine große Herausforderung für unsere Wälder dar. Es gilt, den Sommer verantwortungsvoll zu genießen und gleichzeitig auf die eigene Gesundheit und die der Mitmenschen zu achten.

Details	
Ort	Bautzen, Deutschland
Quellen	• www.saechsische.de • www.tag24.de • www.bbk.bund.de

Besuchen Sie uns auf: n-ag.net