



Mainz, den 03.06.2025

Pressemitteilung 07/25

Hitzeaktionstag am 4. Juni: Landesärztekammer gibt Tipps zum Hitzeschutz



Die Hitzebelastung hat einen großen Einfluss auf die Gesundheit. Der Klimawandel führt zu häufigeren und intensiveren Hitzewellen. Temperaturen über 30 Grad und tropische Nächte sind keine Seltenheit mehr. Besonders Ältere und Menschen mit Herz-Kreislauf- oder Atemwegserkrankungen sind dadurch gefährdet.

„Ärztinnen und Ärzte spielen eine zentrale Rolle in Prävention und Behandlung von hitzebedingten Gesundheitsschäden“, sagt Dr. Günther Matheis, Präsident der Landesärztekammer Rheinland-Pfalz. „Daher ist es wichtig, dass sich Ärztinnen und Ärzte aktiv für den Hitzeschutz einsetzen, um Schaden von Ihren Patientinnen und Patienten abzuwenden.“

Als Folge der andauernden Hitzebelastung können Hautausschläge, Wadenkrämpfe und Schwellungen in den Beinen auftreten. Bestehende Herz-Kreislauf-Erkrankungen können sich verschlimmern oder neu auftreten. Typische Symptome für eine Belastung des Herz-Kreislauf-Systems sind Schwindel, Kopfschmerzen, Erschöpfung und Benommenheit.

Die Landesärztekammer rät...

- ...den Alltag bei einer Hitzewelle anzupassen und körperliche Aktivitäten und Erledigungen in die kühleren Morgen- und Abendstunden zu verlegen.
- ...die Wohnung und sich selbst möglichst kühl zu halten.
- ...ausreichend zu trinken – am besten Wasser und ungesüßte Tees.
- ...für Sonnenschutz zu sorgen, wenn man sich im Freien aufhält.
- ...auf sich und andere zu achten, vor allem aber auf Kinder und ältere Menschen.
- ...bei Einnahme von Arzneimitteln vor einer Hitzewelle die Ärztin/den Arzt zu kontaktieren, um diese auf Hitzeverträglichkeit prüfen zu lassen. Zudem sollten bei Hitze Aufbewahrungshinweise in der Packungsbeilage von Arzneimitteln beachtet werden.

Zum Hitzeaktionstag am 4. Juni 2025, der durch die Initiative „Klug – Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit“ initiiert wurde, gibt es auf Bundes-, Landes- und kommunaler Ebene vielfältige Aktionen mit unterschiedlichen Schwerpunkten. Mehr Infos unter www.hitzeaktionstag.de.

1

Rückfragen? Interviewwünsche?

Michaela Kabon

Tel. 06131-28822-34

E-Mail kabon@laek-rlp.de

Christopher Schäfer

Tel. 06131-28822-36

E-Mail schaefer@laek-rlp.de

Diesen Text finden Sie im Internet unter www.laek-rlp.de
Folgen Sie uns auch auf [Facebook](#), [Instagram](#) und [LinkedIn](#)