



PRESSEMITTEILUNG

Nr. 152/GP

29.07.2018

**Bayerns Gesundheitsministerin Huml warnt vor Hitze-Gefahren
insbesondere für ältere Menschen**

Bayerns Gesundheitsministerin Melanie Huml hat vor gesundheitlichen Gefahren insbesondere für ältere Menschen durch die Sommer-Hitze gewarnt. Huml betonte am Sonntag: "Typische Beschwerden bei großer Hitze sind Schwindel, Übelkeit, Kopfschmerzen und Herz-Kreislauf-Störungen. Für ältere Menschen kann das ernsthafte Folgen für die Gesundheit haben. Wer ausreichend trinkt und die Mittagshitze meidet, kann aber gut vorbeugen."

Die Ministerin erläuterte: "Menschen im fortgeschrittenen Alter trinken häufig zu wenig, da das Durstgefühl nachlässt. Lethargie, allgemeine Schwäche und Verwirrtheit können die Folge sein. Deswegen sollten Angehörige oder Betreuer im Pflegeheim gerade an warmen Tagen regelmäßig ans Trinken erinnern. Ärzte empfehlen mindestens 1 bis 1,5 Liter am Tag, an heißen Sommertagen benötigt der Körper 1-2 Liter Flüssigkeit mehr."

Mehr Gesundheitstipps für heiße Tage und Informationen insbesondere zum Sonnenschutz unter

http://www.lgl.bayern.de/gesundheitspraevention/sonne_hitze/hitze_sonne_schutz.htm
bzw. <http://www.sonnenmitverstand.de/>.