

Zeitschrift: Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft
Herausgeber: Pro Senectute Basel-Stadt
Band: - (2022)
Heft: 3: Klima

Artikel: Die Folgen der steigenden Temperaturen : der Werkzeugkasten gegen den Hitzetod
Autor: Braun, Evelyn / Valentin, Christine
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1036843>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 09.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Die Folgen der steigenden Temperaturen

Der Werkzeugkasten gegen den Hitzetod

Mit dem Klimawandel steigen die Durchschnitts- und Extremtemperaturen im Sommer. Immer öfter gibt es heisse Tage, Tropennächte sowie Hitzewellen. Vor allem in den städtischen Gebieten nimmt die Zahl der Hitzetage (über 30 Grad Celsius) seit Jahren zu. Und damit steigt auch die Zahl der Hitzetoten.

eb/va. Die Schweizer Klimaszenarien (siehe S. 13) zeigen auf, wie und wo der Klimawandel die Schweiz trifft. Gemäss den Szenarien könnten die Höchsttemperaturen in den nächsten Jahren um bis zu 5,5 Grad Celsius steigen, falls keine Klimaschutzmassnahmen ergriffen werden. Das heisst für Basel und die Region: Uns erwarten Sommer mit Temperaturen bis zu 44 Grad Celsius.

Mögliche Warnzeichen und Folgen von zu grosser Hitze:

- Schwäche
- Schwindel, Verwirrtheit
- Kopfschmerzen
- trockener Mund
- Muskelkrämpfe
- Übelkeit, Erbrechen, Durchfall

Deshalb empfiehlt das Bundesamt für Gesundheit (BAG) sich während der Hitzetage an die «drei goldenen Regeln» zu halten:

1. körperliche Anstrengungen vermeiden
2. Hitze fernhalten
3. viel trinken und leicht essen

Sehr hohe Temperaturen können nicht nur Erschöpfung oder einen Hitzschlag auslösen, auch bestehende Herz-Kreislauf-Probleme, Atemwegserkrankungen oder psychische Krankheiten verschlimmern sich. Und das hat Folgen.

Mehr Krankheiten und Todesfälle

So weiss man, dass sich seit den 1970er-Jahren die hitzebedingten Todesfälle verdreifacht haben – und meistens traf der Hitzetod Menschen über 80 Jahre. Das berichten Forschende der Universität Bern diesen Frühling im Fachblatt «Environmental Health Perspectives». Sie untersuchten schweizweit die Todesfälle zwischen den Jahren 1969 und 2017. Das Ergebnis der Studie: Fast zehn Prozent aller Todesfälle waren auf extreme Hitze oder Kälte zurückzuführen. Und: Während die Hitze in den 70er-Jahren in der Schweiz im Schnitt jährlich 74 Menschenleben forderte, verzeichnete man im Zeitraum von 2009 bis 2017 zusätzliche 181 Todesfälle pro Jahr.

Die steigenden Temperaturen haben auch Auswirkungen auf die Tier- und Pflanzenwelt – und damit indirekt auf die Gesundheit der Menschen. So nehmen etwa die Neophyten mit der Veränderung des Klimas bei uns zu. Die Pollen vieler dieser nicht einheimischen Pflanzen wie etwa der Ambrosia sind allergen. Da die Ambrosia von Mitte Juli bis Anfang Oktober blüht, verlängert sie die Allergiesaison um mehrere Wochen. Je wärmer es wird, desto mehr verbreiten sich auch Stechmücken, die asiatische Tigermücke und Zecken bei uns – und mit ihnen möglicherweise Krankheitserreger, die Infektionen wie die Borreliose oder das Denguefieber erzeugen können. Auch die Legionellenbakterien, die eine schwere Lungenentzündung verursachen, haben gemäss einer Studie des Schweizerischen Tropeninstituts Swiss TPH seit einigen Jahren vor allem in den Sommermonaten deutlich zugenommen.

Basler Hitze-Hotline

061 206 44 42

Fragen zum Thema Hitze? Die Hotline steht für Informationen und Beratungen zur Verfügung und kann allenfalls auch Unterstützung vor Ort anbieten.

Mo–Fr, 8–12/14–17 Uhr

Eine Dienstleistung von Pro Senectute beider Basel im Auftrag des Gesundheitsdepartementes Basel-Stadt

Gefahr für die Gesundheit

Während sich die Jugendlichen meist über das wunderbare Badiwetter freuen, ächzen andere unter der Hitze. Denn diese belastet den Körper und damit die Gesundheit. Besonders stark betroffen sind vor allem ältere Menschen, Schwangere, Kinder sowie Personen mit chronischen Krankheiten. Für sie können die hohen Temperaturen lebensbedrohlich sein.

Risiko verringern

Es gibt aber durchaus Massnahmen, mit denen das Risiko, an der Hitze zu sterben, verringert werden kann. Diese listet das Swiss TPH, das seinen Hauptsitz im April 2022 ins Bachgrabengebiet in Allschwil verlegt hat, in einer umfangreichen «Hitze-Massnahmen-Toolbox» auf. Der «Werkzeugkasten» oder Massnahmenkatalog richtet sich an Fachpersonen und Behörden, die zum Schutz der Bevölkerung vor Hitze beitragen möchten.

Privatpersonen finden auf den Webseiten des Gesundheitsdepartementes Basel-Stadt und beim Amt für Gesundheit Basel-Landschaft sowie beim Bundesamt für Gesundheit zahlreiche Tipps sowie Flyer zum Herunterladen. ■

Quellen/Informationen

- hitzewelle.ch
- gesundheit.bs.ch/gesundheitsfoerderung/hitze.html
- baselland.ch → Suche nach «Hitze» oder über QR-Code



Erste Hilfe bei Hitzschlag

Viel trinken

Körper kühlen

Arzt/Ärztin kontaktieren

Allenfalls Notfall 144 anrufen



So behalten Sie einen kühlen Kopf.



- **Ausreichende Flüssigkeit**
Mind. 1,5 Liter pro Tag. Keine alkoholischen oder stark gezuckerten Getränke.
- **Schattige Orte bevorzugen**
Körperliche Anstrengungen vermeiden.
- **Nahrungsmittel**
Verderbliches im Kühlschrank aufbewahren.
- **Räume kühlen**
Tagsüber Sonne fernhalten und nachts lüften.
- **Erfrischende Speisen**
Auf eine ausreichende Versorgung mit Salz achten.
- **Körper abkühlen**
- **Leichte Kleidung**

In Kooperation mit:
PRO SENECTUTE
BEIDER BASEL

Erste Hilfe

-  Viel trinken
-  Körper kühlen
-  Arzt / Ärztin rufen

Für weitere Fragen zum Thema Hitze:
061 206 44 42
www.gesundheit.bs.ch/hitze