



Wann wird's mal wieder richtig Sommer?

Freibadtemperaturen, Eisdielen, laue Sommerabende mit Grillvergnügen, kühle Getränke auf der Terrasse und „Sonnenschein vom Frühling bis September“, so ist der Sommer angenehmer als bei den eher kühlen Sommertemperaturen der letzten Wochen. Aber da sind die Erinnerungen an vergangene Perioden mit übergroßer Sommerhitze und Trockenheit, deren immer häufigeres Auftreten dem Klimawandel zugerechnet wird. Und das Gegenteil: mächtige Regenmengen und Überflutungen wie in den vergangenen Tagen insbesondere in Süd- und Ostdeutschland und in der Schweiz.

Über Erscheinungsformen und gesundheitliche Folgen des Klimawandels berichtete die Hausärztin Frau Dr. Sonja-Marie Micudaj aus Ladbergen in ihrem Vortrag „Gesund bleiben in Zeiten des Klimawandels“, zu dem sie von der Klimainitiative „KlikKS“ eingeladen worden war. Die Veranstaltung fand in Kooperation mit dem St. Gertrudenstift in dessen Räumlichkeiten statt.

Alle sind betroffen

Die Klimakrise ist eine Gesundheitskrise. Die Referentin zog medizinische Studien, insbesondere aber eigene medizinische Kenntnisse und Beispiele aus der Praxis heran, um darzulegen, dass alle Menschen von gesundheitlichen Einschränkungen durch den Klimawandel betroffen sind. Aber bestimmte Gruppen, z.B. Kinder, ältere Menschen, Menschen mit Vorerkrankungen, Schwangere und Menschen mit ungünstigen Wohnverhältnissen, auch Obdachlose tragen bei fehlender Vorsorge und Schutz deutlich schwerere Risiken. Es gelte daher, aufeinander zu achten. So könne beispielsweise Hitzestress zunächst zu geringerer Leistungsfähigkeit und fehlendem Wohlbefinden, aber schnell auch zur Hitzeerschöpfung bis hin zum Hitzschlag führen, bei dem Organversagen droht und akute

Lebensgefahr vorliegt. Hitzewarnungen sollten ernst genommen werden, denn Vorbeugung und Anpassung können viele Leben retten. Weitere Krankheiten würden vom Klimawandel begünstigt, so die vermehrte Übertragung von Infektionskrankheiten durch Mücken und Zecken, deren Verbreitung durch längere warme Vegetationsperioden verstärkt werde. Hautkrebserkrankungen durch intensivere Sonneneinstrahlung und auch die Zunahme von Allergien werden ebenfalls dem Klimawandel zugerechnet.

Wie kann man sich schützen?

Frau Dr. Micudaj empfahl in Hitzeperioden, besonders mit Blick auf Kinder, Vorerkrankte und ältere Menschen, sorgsames Schutz- und Vorsorgeverhalten:

- Reduzierung von Aktivitäten bei großer Hitze
- umsichtige Kühlung von Räumen
- deutlich mehr trinken
- leicht und salzig essen
- Verzicht auf ungeschützten Aufenthalt in der Sonne. Sonnencreme biete nur zeitlich eng begrenzten Schutz, leichte, luftige Kleidung schütze besser.

Menschen mit Vorerkrankungen, die regelmäßig Medikamente nehmen, sollten rechtzeitig Kontakt mit ihrem Arzt aufnehmen, da Hitze die Wirkung der Medikamente beeinflusse. Durch Impfungen und Selbstkontrolle könne man Infektionskrankheiten wie FSME und Borreliose begegnen. Auch Tipps für den Gesundheitsschutz bei Starkregen wurden gegeben.

Die Politik ist gefragt

Neben dem Erfordernis für individuelle Gesundheitsvorsorge sei aber auch die Politik und Verwaltung im überregionalen, regionalen und urbanen Bereich dringend aufgerufen, hierzu Maßnahmen zur Anpassung an den Klimawandel zu planen und aktiv zu ergreifen. Hier wurden die Einplanung von Belüftungstrassen, von natürlichen Schattenzonen, öffentlichen Wasserspendern, Kühlräumen, aber auch die Entsiegelung von Beton- und Schotterflächen genannt, die sonst als zusätzlicher Wärmespeicher für die Aufheizung der Luft sorgen.

Jeder kann etwas gegen den Klimawandel und für sich selbst tun

Die Möglichkeiten der Klimaanpassung müssten aber dringend durch weitere Möglichkeiten der Eindämmung des Klimawandels ergänzt werden. Neben der Verringerung des ökologischen Fußabdrucks durch Verzicht auf klimaschädliche Verhaltensweisen sei auch der ökologische **Handabdruck** für jeden Einzelnen eine positive Option: Befürwortung und Unterstützung von Klimaschutzprojekten, Anfragen an Politik und andere Verantwortliche, Naturschutz in Haus und Garten und viele weitere Möglichkeiten könnten genutzt werden, Selbstwirksamkeit im kleinen Bereich zu entfalten.

Dass solche kleinere Maßnahmen Erfolg haben und größeren Zusammenhang aufbauen können, war den Mitgliedern der Initiative KlikKS aus der Seele gesprochen, die sich am Schluss der Veranstaltung bei der engagierten Referentin bedankten und alle zur Beteiligung an ihren Aktivitäten ermutigten. Und anschließend auch gern ein Eis essen, ein kühles Getränk trinken ... (s. o.).

Aktivitäten in Greven

Unter <https://www.klima-greven.de> finden sich Informationen und Angebote zu Aktionen, Treffen und Vorträgen. KlikKS Greven ist eine offene Gruppe von Bürgerinnen und Bürgern, die aktiv daran mitwirken wollen, den Klimaschutz in Greven konkret anzugehen.

Wer bei dem Vortrag nicht dabei sein konnte, kann sich unter <https://vortrag.micudaj.de/> zwei Vorträge zu den Themen kostenlos online anschauen. Die Referentin hat auch einen Buchbeitrag zum Thema „Die Klimakrise als Bedrohung für unsere Gesundheit“ verfasst, der zum Download auf ihrer Homepage zur Verfügung steht.