

Pressemitteilung

Hitzeschutz ist Kinderschutz!

Hinweis des BVKJ zu Vorsichtsmaßnahmen bei Kindern und Jugendlichen

Köln, 09. Juli 2024. „Viele genießen die Hitze und den Sonnenschein – völlig zu Recht. Aber Kleinkinder und Säuglinge sind unter Umständen schon gefährdet, wenn wir Erwachsene uns noch pudelwohl fühlen!“, erklärt **Michael Achenbach, Kinder- und Jugendarzt und Pressesprecher des BVKJ in Westfalen-Lippe.**

Aufgrund der im Vergleich zum Körpergewicht größeren Körperoberfläche ist die Gefährdung von Kleinkindern durch nicht ausreichende Flüssigkeitszufuhr und darauffolgende Überhitzung ungleich größer als bei Erwachsenen. Achenbach empfiehlt daher leichte Kleidung, ausreichend große Trinkmengen und Meidung allzu warmer Orte. Sein Rat: „Zwischen 10 und 17 Uhr bleibt man an heißen Tagen mit Babys und Kleinkindern lieber in kühlen Innenräumen.“ Bei aktiven Abkühlmaßnahmen wie z.B. Planschbecken weist Achenbach darauf hin, dass diese von Kleinkindern ausschließlich unter Aufsicht genutzt werden sollten.

Aber auch Jugendliche können bei großer Hitze Probleme bekommen. „In der Praxis und auch im Notdienst habe ich in den letzten Tagen nicht wenige Jugendliche gesehen, die eindeutig zu wenig getrunken haben. Kopfschmerzen, Unwohlsein, Schwäche und sogar fieberhafte Temperatur – die Eltern stellten die Jugendlichen wegen Infektverdacht vor, aber es handelte sich um Überhitzung.“ Auch hier gilt es, auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr zu achten und anstrengende körperliche Aktivität in großer Hitze zu unterlassen. Achenbach dazu: „Nicht ohne Grund gibt es in Ländern wie Spanien oder Italien, die mehr Erfahrung mit Hitze haben, eine Siesta. In der Zeit der größten Hitze sollte man langsam machen.“

Bei trotzdem bestehenden Beschwerden stehen die Kinder- und Jugendärzt*innen natürlich immer zur Verfügung, in Praxis, Notdienst oder Klinik. Achenbach meint einschränkend: „Ein angemessenes Verhalten bei Hitze kann jedoch helfen, die meisten Arztvorstellungen zu vermeiden. Hitzeschutz ist Krankheitsvorbeugung. Hitzeschutz ist Kinderschutz!“

Weiterführende Informationen:

HITZE-MANUAL | Klimaresiliente kinder- und jugendärztliche und
kinderkrankenpflegerische Versorgung: <https://klimadocs.de/hitzemanual-paediatric>

„Tipps bei Hitze für Eltern von Babys und Kleinkindern“ von der Bundeszentrale für
gesundheitliche Aufklärung (BZgA): www.youtube.com/watch?v=xwPhXBHIBIs

Kontakt:

Michael Achenbach

Pressesprecher BVKJ-Landesverband Westfalen-Lippe

www.bvkj.de/landesverbaende/nordrhein-westfalen-westfalen-lippe/vorstand

Berufsverband der Kinder- und Jugendärzt*innen e.V. (BVKJ)

Mielenforster Straße 2, 51069 Köln

Telefon: 0221/68909-0

E-Mail: info@bvkj.de

Internet: www.bvkj.de

Präsident:

Dr. Michael Hubmann

Bundespressesprecher*innen:

Jakob Maske

Dr. Tanja Brunnert

Weitere Informationen zum Thema Kinder- und Jugendgesundheit unter:

www.kinderaerzte-im-netz.de