

# Notfallplan: Hitzewelle

## Definition

Eine Hitzewelle ist eine längere Periode außergewöhnlich hoher Temperaturen, die oft mit geringer Luftfeuchtigkeit einhergeht. Sie stellt eine erhebliche Gesundheitsgefahr insbesondere für ältere Menschen, Kinder und chronisch Kranke dar und kann die Infrastruktur belasten.

## Gefahrenanalyse

Mögliche Risiken bei einer Hitzewelle:

- Hitzeerschöpfung und Hitzschlag
- Dehydrierung (Austrocknung)
- Kreislaufprobleme bis hin zu Herz-Kreislauf-Versagen
- Belastung der Stromnetze durch erhöhte Nutzung von Klimageräten
- Erhöhte Wald- und Flächenbrandgefahr

## Sofortmaßnahmen-Katalog

1. Ausreichend trinken (Wasser, keine alkoholischen oder stark koffeinhaltigen Getränke)
2. Aufenthalt in kühlen Räumen, direkte Sonneneinstrahlung meiden
3. Leichte, helle und atmungsaktive Kleidung tragen
4. Fenster tagsüber geschlossen und nachts geöffnet halten, sofern nachts Abkühlung eintritt
5. Nutzung von Ventilatoren oder Klimageräten zur Abkühlung
6. Regelmäßige Kontrolle gefährdeten Personen (ältere, kranke Personen, Kinder)

## Erweiterte Maßnahmen

1. Vorräte an Getränken und leicht bekömmlichen Lebensmitteln anlegen
2. Klimatisierte Orte (Einkaufszentren, öffentliche Gebäude) aufzusuchen, wenn zu Hause keine Abkühlung möglich ist
3. Kühltücher und Kühlakkus vorbereiten
4. Pflanzen regelmäßig gießen, um Brandrisiken zu minimieren
5. Öffentliche Hitzewarnungen kontinuierlich verfolgen

## Checkliste zur Einschätzung der Flucht-Dringlichkeit

Mindestens **3 der folgenden Punkte** müssen erfüllt sein, um eine Flucht zu erwägen:

1. Andauernde Temperaturen von über 38°C für mehrere Tage
2. Zusammenbruch der Stromversorgung durch übermäßigen Verbrauch

3. Wasserversorgung stark eingeschränkt oder ausgefallen
4. Hitzewarnungen auf höchster Alarmstufe durch Behörden
5. Zunahme von medizinischen Notfällen in der Umgebung
6. Infrastruktur stark beeinträchtigt, Rettungskräfte überfordert

## Einschätzung zur Flucht

Die Bewertung richtet sich nach der Lageeinschätzung anhand der Checkliste:

<b>Stufe</b>	<b>Beschreibung</b>	<b>Maßnahme</b>
0	Hitzewelle kurzzeitig, Versorgung und Infrastruktur intakt.	Zuhause bleiben, Schutzmaßnahmen treffen.
1	Anhaltende Hitze mit erheblichen Gesundheitsrisiken und Versorgungsproblemen.	Flucht in ländliche, kühlere Gebiete (z.B. Wendland/Gorleben)
2	Extreme und langanhaltende Hitze, erhebliche Infrastrukturprobleme und regionale Versorgungsengpässe.	Flucht in anderes EU-Land mit gemäßigtem Klima
3	Nationale Krise durch massive Hitze, Zusammenbruch öffentlicher Versorgung und Ordnung.	Flucht außerhalb der EU in gemäßigte Klimaregion