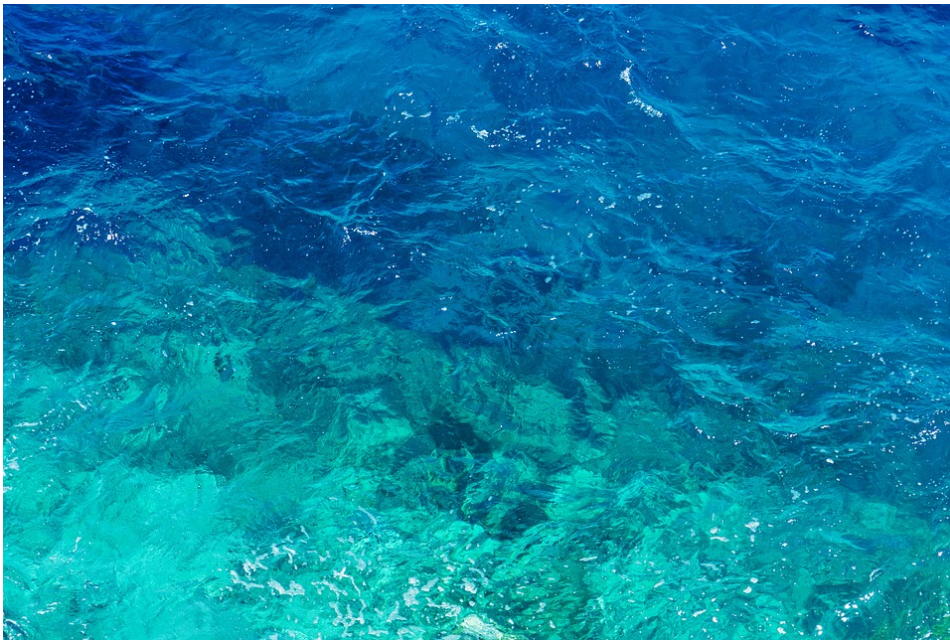


Rekordhitze am Mittelmeer: So schützt ihr euch vor der Sommerglut!

Das Auswärtige Amt warnt vor extremer Hitze in Mittelmeer-Ländern. Schutzmaßnahmen für Reisende empfohlen.



Griechenland, Europa - Das Auswärtige Amt hat eine dringende Warnung vor extremen Temperaturen in beliebten Urlaubsländern am Mittelmeer veröffentlicht. Betroffen sind insbesondere Italien, Spanien und Griechenland. Diese Regionen stehen vor intensiven Hitzewellen, wobei in Griechenland Temperaturen von über 40 Grad Celsius erwartet werden. Bei diesen Bedingungen wird besondere Vorsicht empfohlen, insbesondere für Babys, Kinder, Senioren und Menschen mit chronischen Erkrankungen.

In Anbetracht der bevorstehenden Hitzewelle legt das Auswärtige Amt nahe, körperliche Anstrengungen in der Mittagshitze sowie Aufenthalte in der prallen Sonne zu

vermeiden. In den letzten Jahren wurden die Mittelmeerregionen bereits durch Dürren und Waldbrände heimgesucht, oft ausgelöst durch menschliches Versagen. Diese Bedingungen können in Kombination mit der extremen Hitze zu gefährlichen Situationen führen.

Empfohlene Schutzmaßnahmen

Das Auswärtige Amt gibt mehrere Empfehlungen für Reisende in diesen Regionen. Dazu gehört, genügend Trinkwasser und Sonnenschutz bei Ausflügen mitzunehmen. Auch das Aufladen von Handys und die Mitnahme von Powerbanks werden geraten, um im Notfall erreichbar zu sein. Die Notrufnummer 112 kann in ganz Europa genutzt werden, auch zur Ortung im Notfall. Darüber hinaus wird empfohlen, leichte, helle Kleidung aus natürlichen Materialien zu tragen.

Wetterexperten verweisen darauf, dass extreme Hitzewellen bis zu drei Jahre im Voraus vorhergesagt werden können. Ein Wärmestau im Nordatlantik wird als Hauptursache für den bevorstehenden außergewöhnlich heißen Sommer in Europa verantwortlich gemacht. Die hohen Temperaturen können vor allem für ältere Menschen zu einer Erhöhung der Sterberate führen.

Zusätzlich zu diesen Informationen wird in einem Bericht hervorgehoben, dass die Hitze und die damit verbundenen Waldbrände die Bedingungen an vielen Orten am Mittelmeer drastisch verschlechtern. Die Strategie, sich vor übermäßiger Hitze zu schützen, wird als entscheidend angesehen, um gesundheitliche Risiken zu minimieren. Experten warnen, dass es sich an manchen Stellen anfühlt wie die Hölle aufgrund der extremen Hitze und der Luftverschmutzung. RTL berichtet, dass in den betroffenen Ländern ein bewusster Umgang mit der Hitze unerlässlich ist, um gefährliche Situationen zu vermeiden.

Für Reisende, die in den nächsten Wochen und Monaten in diese beliebten Urlaubsziele reisen möchten, wird eindringlich

empfohlen, die Ratschläge der Behörden ernst zu nehmen und sich gut vorzubereiten, um gesund zu bleiben und einen unbeschwerten Urlaub genießen zu können. Für weitere Informationen zu den Risiken und notwendigen Schutzmaßnahmen sei auf den Artikel von **Spiegel** verwiesen.

Details	
Ort	Griechenland, Europa
Quellen	• www.rtl.de • www.spiegel.de

Besuchen Sie uns auf: eine-reise.de