

## Pressemitteilung

# AOK-Umfrage: Frauen spüren gesundheitliche Auswirkungen von Hitze stärker als Männer – auch junge Menschen betroffen

Die AOK Rheinland/Hamburg hat eine Umfrage in Auftrag gegeben, wie Menschen mit länger andauernden Hitzephasen zurechtkommen. Die Ergebnisse zeigen, dass die Mehrheit der Befragten sich Sorgen wegen zunehmender Hitzewellen macht. Viele Menschen im Rheinland und in Hamburg wünschen sich Gesundheitsinformationen zu Hitzewellen.

Düsseldorf/Hamburg, 14.06.2023

**Das Thermometer klettert aktuell bereits auf hochsommerliche Temperaturen. Expertinnen und Experten prognostizieren für die Zukunft immer häufiger länger andauernde Hitzeperioden durch klimatische Veränderungen. Insbesondere Städte heizen sich dann auf – mit spürbaren gesundheitlichen Auswirkungen für viele Menschen und Belastungen für das Gesundheitssystem. Für die Umfrage wurden 1000 Menschen aus dem Versicherungsgebiet der AOK Rheinland/Hamburg zu Auswirkungen und Umgang mit Hitzewellen befragt.**

Aus der Umfrage geht hervor, dass die Sorge vor Hitzewellen mit steigendem Alter zunimmt. So sind von den 18- bis 29-Jährigen 45,7 Prozent besorgt, bei den ab 40-Jährigen macht sich die Hälfte (50,5 Prozent) der Befragten Sorgen und in der Generation 65 plus sind es fast 60 Prozent. Mehr als ein Drittel der Befragten (34,5 Prozent) gab an, schlecht oder eher schlecht mit länger andauernder Hitze und hohen Außentemperaturen zurecht zu kommen. Bei den Frauen sind es 44,4 Prozent.

### **Hitze kann auch Junge belasten**

50,6 Prozent der Befragten spüren Erschöpfung, 26,3 Prozent leiden bei Hitze unter Kopfschmerzen und 20,7 Prozent berichten von Schwindel/Übelkeit. 35,4 Prozent der Befragten gaben hingegen an, keinerlei Auswirkungen von Hitze zu spüren. Bei der Auswertung der Antworten nach Geschlecht zeigt sich, dass gesundheitliche Symptome von Hitze durchweg häufiger bei Frauen auftreten als bei Männern. Hitze kann auch Jüngere belasten. So gaben 59,1 Prozent der 18-29-Jährigen an, erschöpft zu sein, 36,7 Prozent hätten Kopfschmerzen und je 33,6 Prozent leiden unter Appetitlosigkeit bzw. Schwindel/Übelkeit.

### **Trinken und Pausen gegen Hitze**

Viel trinken (83,5 Prozent), die Wohnung verdunkeln (64,2 Prozent) und leichte Mahlzeiten essen (53,4 Prozent), das sind die häufigsten Maßnahmen, die von den Befragten angewendet werden, um mit Hitze umzugehen. Fast die Hälfte der Befragten (48,8 Prozent) legt im Alltag längere Ruhepausen ein.

### **AOK Rheinland/Hamburg setzt auf Prävention und Aufklärung**

„Viele Menschen fühlen sich durch Hitze belastet und wünschen sich Informationen rund um die gesundheitlichen Auswirkungen und adäquate Verhaltensmaßnahmen“, sagt Gesundheitswissenschaftlerin Anja Nacken, die den Stabsbereich Nachhaltigkeit bei der AOK Rheinland/Hamburg leitet. Laut AOK-Umfrage befürwortet die Hälfte der Befragten mehr Information über die Auswirkungen von Hitze auf die Gesundheit. 45,6 Prozent möchten mehr Informationen darüber, wie sie sich bei länger andauernden Hitzeperioden schützen können. „Als Gesundheitskasse steht für uns Aufklärungs- und Präventionsarbeit im Mittelpunkt, um dem klimabedingt zunehmenden Gesundheitsrisiko durch Hitze zu begegnen. Dazu bieten wir zahlreiche Informationsangebote rund um gesundheitlichen Hitzeschutz an“, erklärt Anja Nacken.

**Hinweis für die Redaktion:**

Das Umfrageinstitut Civey hat im Auftrag der AOK Rheinland/Hamburg für die Umfrage vom 01.06.2023 bis 05.06.2023 online über 1000 Personen aus dem Versicherungsgebiet der AOK Rheinland/Hamburg befragt. Der statistische Fehler liegt bei 5,6 Prozent.

**Aktivitäten der AOK Rheinland/Hamburg zur Aufklärung und Prävention gesundheitlicher Auswirkungen von Hitze**

Die AOK Rheinland/Hamburg ist in diesem Sommer an zahlreichen Orten vom Freibad bis zur Fußgängerzone mit Infoständen unterwegs, um Menschen auf die Gesundheitsrisiken durch Hitze aufmerksam zu machen und über geeignete Maßnahmen zum Umgang mit Hitze und Sonne zu informieren.

Um auf die besonderen Risiken für Hochbetagte und vorerkrankte Menschen aufmerksam zu machen, bietet die AOK über das Institut für betriebliche Gesundheitsförderung Köln Fortbildungsmöglichkeiten für die stationäre Pflege an. Zudem ist Hitze- und Sonnenschutz als Gesundheitsthema auch Teil der Präventionsarbeit in Schulen.

Für AOK-Versicherte bietet AOK-Clarimedis telefonische Beratung an, beispielsweise zu Sport und Bewegung oder Kreislaufproblemen bei Hitze (0800 1265265).