Medieninformation

Sächsisches Staatsministerium für Soziales, Gesundheit und Gesellschaftlichen Zusammenhalt

Ihr Ansprechpartner
Juliane Morgenroth

Durchwahl
Telefon +49 351 564 55055
Telefax +49 351 564 55060

presse@sms.sachsen.de*

01.08.2018

Bei Hitze »einen über den Durst trinken«

»Trinken, trinken, trinken,« empfiehlt Sachsens Gesundheitsministerin Barbara Klepsch bei den derzeit anhaltend hohen Temperaturen; natürlich nur alkoholfrei und am besten nur leicht gekühlt, sonst müsse sich der Körper wieder anstrengen, um das kalte Getränk auf Körpertemperatur zu bringen. Die Folge: noch mehr schwitzen.

»Bitte achten Sie an den heißen Tagen besonders gut auf sich und Ihre Mitmenschen. Erinnern Sie vor allem auch Kinder und ältere Menschen ans Trinken. Suchen Sie sich, wenn irgend möglich, schattige Plätzchen. So können Sie den Sommer genießen und sich gut erholen.«

Klepsch warnt zudem davor, die Gefahr durch die Sonne zu unterschätzen. »Jeder Sonnenbrand erhöht das Hautkrebsrisiko. Aktuell kann die UV-Strahlung sehr intensiv sein. Deshalb müssen vor allem Kinder mit ihrer empfindlichen Haut ausreichend geschützt werden und sollten sich nicht zu lange in der Sonne aufhalten«, sagte die Ministerin. Sonnenhut und Sonnenbrille schützen die besonders empfindlichen Körperpartien.

Wer gerne Sport treibt, solle diesen in die kühleren Morgen- oder Abendstunden verlegen, rät Klepsch.

Hausanschrift:
Sächsisches Staatsministerium für Soziales, Gesundheit und Gesellschaftlichen Zusammenhalt
Albertstraße 10
01097 Dresden

www.sms.sachsen.de

Zu erreichen mit den Straßenbahnlinien
3, 7, 8 Haltestelle Carolaplatz.

* Kein Zugang für verschlüsselte elektronische Dokumente. Zugang für qualifiziert elektronisch signierte Dokumente nur unter den auf www.lsf.sachsen.de/eSignatur.html vermerkten Voraussetzungen.