

Schützen Sie sich und Ihre Medikamente vor Hitze

Bald wird es wieder heiss, und erste Hitzewellen werden übers Land ziehen. Von einer Hitzewelle redet man dann, wenn die Temperatur mehrere Tage lang über 30°C liegt und nachts nicht unter 20°C sinkt.

Diese klimatische Situation kann ein Gesundheitsrisiko darstellen und die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit beeinträchtigen. Vor allem ältere Menschen, (chronisch) kranke Personen, Schwangere und Kleinkinder sind gefährdet. Aber auch Bäuerinnen und Bauern, die oft draussen arbeiten, müssen an heissen Tagen besonders gut auf genügend Flüssigkeitszufuhr achten. Denn wird der Körper nicht ausreichend mit Wasser versorgt, treten Erschöpfungsgefühle auf. Wer sich zu lange in der Sonne aufhält, riskiert zudem einen Sonnenstich oder gar einen Hitzschlag.

Hohe Temperaturen sind auch für Medikamente problematisch. Durch die Hitze kann sich ihre Wirkung verändern. Asthmasprays, Zäpfchen oder Wirkstoffpflaster etwa werden in der Wärme unbrauchbar. Cremes können ihre Konsistenz verändern, Fette verderben und Spraydosen explodieren. Besonders heiss wird es in einem parkierten Auto, auch im Schatten. Medikamente sollten deshalb unter einem Vordersitz oder im Kofferraum verstaut werden, dort ist es am kühlfsten. Einige Medikamente müssen immer kühl gelagert werden, zum Beispiel Insulin. Dafür eignen sich Kühltaschen oder Styroporboxen. Das Medikament darf aber keinen direkten Kontakt zu den Kühlelementen haben, damit es nicht einfriert. Denn auch das kann die Wirkung verändern.

Sieht ein Medikament anders aus als gewohnt oder erwartet, sollte man vor der Anwendung beim Hausarzt oder bei der Apotheke um Rat fragen. Grundsätzlich lagert man Medikamente unter 25° Grad.

Patrik Hasler-Olbrych
Leiter Kommunikation und Zentrale Dienste

Agrisano

Tel. 056 461 71 11

www.agrisano.ch