

Wärmegewitter – So übersteht man Blitz und Donner

Nach der Hitze der vergangenen Wochen drohen stellenweise schwere Gewitter. Diese können für Menschen durchaus gefährlich werden. „Schätzungen zufolge werden in Deutschland pro Jahr im Durchschnitt rund 130 Menschen von einem Blitz getroffen, drei bis vier kommen durch Blitzeinschläge ums Leben“, so Dr. Ursula Marschall, leitende Medizinerin bei der BARMER. Wer ein paar Tipps beherzigt, kann das Risiko, von einem Blitz getroffen zu werden, jedoch minimieren.

Sicherer Schutz

Bei einem Blitzschlag können im Bruchteil einer Sekunde bis zu 100 Millionen Volt und 30.000 Ampere auf den Menschen einwirken. Die Folgen können schwere Verbrennungen, Herzrhythmusstörungen oder neurologische Beschwerden wie Lähmungen und Sensibilitätsstörungen sein, unter denen manche Betroffene sogar ihr ganzes Leben leiden. Wer im Freien von einem Gewitter überrascht wird, sollte deshalb so schnell wie möglich Schutz suchen. Das können Unterführungen, Häuser, Autos oder in den Bergen auch Schutzhütten sein, aber auf keinen Fall Bäume. Außerdem sollte man keine metallischen Gegenstände berühren, da diese den Blitzschlag anziehen könnten. Ist kein geeigneter Unterschlupf in der Nähe, rät die Expertin, sich zusammen zu kauern. „Die beste Methode ist, in die Hocke zu gehen, die Knie aneinander zu drücken und die Arme darüber zu legen. So bietet man dem Blitz eine deutlich kleinere Angriffsfläche, als wenn man sich flach auf den Boden legen würde.“

Schnelle Hilfe

Wer beobachtet, wie ein Mensch vom Blitz getroffen wird, sollte sofort die Notrufnummer 112 wählen. Nach Möglichkeit sollte dem vom Blitz Getroffenen bis zum Eintreffen der Rettungskräfte Erste Hilfe geleistet werden. „Hat der Blitz in der Nähe des eigenen Standortes eingeschlagen und man verspürt einen Stromschlag, der Beschwerden wie Kribbeln, Herzrasen oder Lähmungserscheinungen verursacht, sollte man ebenfalls den Rettungsdienst verständigen“, so Marschall.