

Extreme Hitze

27.6.2026 - Katja Reuter | Stadtbibliothek Köln

Rettungsdienst der Feuerwehr Köln an der Kapazitätsgrenze.

Der Rettungsdienst der Feuerwehr Köln ist aktuell an seiner Kapazitätsgrenze. Neben zahlreichen zusätzlichen Rettungs- und Notarzteeinsatzfahrzeugen unterstützen derzeit auch Löschfahrzeuge der Feuerwehr den laufenden Rettungsdienstbetrieb. Alle Feuerwehrleute sind mindestens Rettungssanitäter, viele auch Notfallsanitäter. Nach zehn aufeinanderfolgenden Tagen mit extremer Hitze und ohne nennenswerte nächtliche Abkühlung ist die Lage ernst.

Allein in den vergangenen 24 Stunden wurden sieben Menschen bewusstlos in ihren Wohnungen – überwiegend in Dachgeschossen – aufgefunden. Die Diagnose: Hyperthermie, eine lebensbedrohliche Überhitzung des Körpers. Eine Person musste reanimiert werden. Betroffen waren nicht nur Menschen mit Vorerkrankungen. Auch körperlich fitte Personen wurden mit einer Körpertemperatur von 42 Grad in Lebensgefahr gebracht.

Ältere Menschen, Kinder und Personen mit Vorerkrankungen sind in besonderem Maße gefährdet. Sie verlieren häufig als Erste das Durstgefühl und bemerken eine Dehydratation nicht rechtzeitig. Die Einsatzkräfte appellieren eindringlich: Besucht Eure Nachbarn, ruft Eure Eltern an, schaut nach Freunden und Bekannten – ein kurzer Kontakt kann Leben retten.

Die wichtigsten Schutzmaßnahmen im Überblick:

- Regelmäßig trinken, auch ohne Durst (Wasser, Saftschorlen, elektrolytreiche Getränke)
- Körperliche Anstrengung in den heißen Mittagsstunden vermeiden
- Sonne meiden, Schatten und kühle Räume aufsuchen
- Nasse Tücher auf Kopf, Handgelenke und Schienenbeine legen
- Kinder und Tiere niemals im Auto lassen – auch nicht kurz, auch nicht im Schatten

Ein Sonnenstich äußert sich durch Kopfschmerzen, geröteten Kopf, Schwindel, Übelkeit und Nackensteifigkeit. Betroffene sollten sofort in den Schatten, hingelegt, gekühlt und mit Flüssigkeit versorgt werden. Ein Hitzschlag hingegen ist ein medizinischer Notfall: Körpertemperatur über 40 Grad, heiße und trockene Haut, kein Schwitzen, Verwirrtheit oder Bewusstlosigkeit erfordern den sofortigen Notruf 112. Jede Minute zählt.

Ab Montag soll sich die Temperaturlage leicht entspannen. Bis dahin bittet die Feuerwehr Köln: Bitte nehmen Sie die Hitze weiterhin ernst. Die Einsatzkräfte geben alles – helfen Sie ihnen, indem Sie auf sich und Ihre Mitmenschen achten.

Bei Bewusstlosigkeit, Verwirrtheit, heißer trockener Haut oder wenn jemand aufhört zu schwitzen bitte den **Notruf 112** rufen.

<https://www.stadt-koeln.de/politik-und-verwaltung/presseservice/extreme-hitze>