

Kinderwagen, Rutsche, Gartenschlauch: Wo Hitze für Kinder gefährlich werden kann

24.6.2026 - | Universitätsklinikum Bonn

UKB-Kindermediziner warnt vor unterschätzten Hitzefällen im Alltag Bonn, 24. Juni 2026 - Wenn die Temperaturen steigen, denken viele Eltern vor allem an Sonnencreme, Schatten und ausreichend Getränke. Doch einige der größten Gefahren für Kinder lauern an Orten, die auf den ersten Blick harmlos erscheinen: auf dem Spielplatz, im Kinderwagen oder beim Spielen im Garten. Hohe Temperaturen können dort zu Verbrennungen, Verbrühungen oder einer gefährlichen Überhitzung führen. Dr. Till Dresbach, leitender Oberarzt der Klinik für Neonatologie und Kinderintensivmedizin am Universitätsklinikum Bonn (UKB), warnt deshalb vor unterschätzten Risiken und gibt Hinweise, wie sich Kinder an heißen Tagen wirksam schützen lassen.

Verbrühungsgefahr im eigenen Garten

Was wie eine harmlose Abkühlung wirkt, kann an heißen Sommertagen zur Gefahr werden. Wasser, das längere Zeit in einem Gartenschlauch in der Sonne steht, kann sich stark aufheizen. „In frei liegenden Gartenschläuchen können Wassertemperaturen von bis zu 50 Grad Celsius entstehen. Für empfindliche Kinderhaut kann das bereits gefährlich werden“, sagt Dr. Dresbach.

Eltern sollten deshalb das erste Wasser grundsätzlich ablaufen lassen und die Temperatur vorab mit der Hand prüfen.

Vorsicht auf dem Spielplatz

Auch Spielplätze können sich bei direkter Sonneneinstrahlung stark aufheizen. „Viele Eltern achten auf heiße Metallrutschen. Weniger bekannt ist, dass auch Kunststoff, Gummi oder dunkle Fallschuttmatten Temperaturen erreichen können, die für Kinderhaut problematisch sind“, so Dr. Dresbach.

Eltern sollten Spielgeräte und Oberflächen vor der Nutzung mit der Hand prüfen. Kinderhaut ist deutlich empfindlicher als die Haut Erwachsener. Deshalb gilt: Was für die Hand eines Erwachsenen bereits unangenehm heiß ist, kann für Kinder schmerzhaft oder sogar gefährlich werden.

Kinderwagen können zur Hitzefalle werden

Ein weiteres Risiko entsteht häufig unbeabsichtigt: Viele Eltern decken Kinderwagen mit Tüchern oder Decken ab, um ihre Kinder vor der Sonne zu schützen. Dadurch kann jedoch die Luftzirkulation eingeschränkt werden, sodass sich Hitze im Wageninneren staut. „Ein Tuch über dem Kinderwagen spendet zwar Schatten, kann aber gleichzeitig die Luftzirkulation einschränken und einen Hitzestau begünstigen“, erklärt Dr. Dresbach.

Kinderwagen sollten deshalb möglichst im Schatten stehen und ausreichend belüftet werden.

Wichtig ist zudem, Kinder regelmäßig zu kontrollieren. Ein heißer oder feuchter Nacken kann auf eine beginnende Überhitzung hinweisen.

Niemals Kinder im Auto zurücklassen

Besonders gefährlich sind abgestellte Fahrzeuge. „Schon wenige Minuten können ausreichen, damit sich ein Auto gefährlich aufheizt,“ warnt Dr. Dresbach. „Kinder dürfen deshalb niemals allein im Fahrzeug zurückgelassen werden – auch nicht bei geöffnetem Fenster“,

Warnzeichen frühzeitig erkennen

Kinder reagieren empfindlicher auf Hitze als Erwachsene. Sie verlieren schneller Flüssigkeit und können ihre Körpertemperatur weniger effektiv regulieren. Zu den Warnzeichen einer Überhitzung gehören ungewöhnliche Müdigkeit, Trinkschwäche, Reizbarkeit, gerötete Haut, weniger nasse Windeln oder Teilnahmslosigkeit.

„Kinder trinken bei Hitze oft nicht automatisch ausreichend. Vor allem beim Spielen vergessen sie ihren Durst oder unterbrechen ihre Aktivitäten nicht, um etwas zu trinken“, sagt Dr. Dresbach. „Deshalb sollten Eltern Getränke aktiv anbieten und nicht darauf warten, dass Kinder selbst danach fragen.“ Flüssigkeitsmangel kann zu Kopfschmerzen, Schwindel, Müdigkeit und verminderter Belastbarkeit führen. Gleichzeitig beeinträchtigt Hitze Konzentration, Reaktionsfähigkeit und Aufmerksamkeit. Dadurch steigt auch das Risiko für Unfälle.

Besonders gefährdet sind Säuglinge und Kleinkinder, da sie Warnsignale oft noch nicht selbst äußern können und vollständig auf die Aufmerksamkeit ihrer Betreuungspersonen angewiesen sind. Eltern sollten deshalb regelmäßige Trinkpausen einplanen, ausreichend Getränke anbieten und auf Veränderungen im Verhalten ihrer Kinder achten. Bereits eine ungewohnte Müdigkeit oder Reizbarkeit kann ein erstes Warnsignal sein.

Bildmaterial:

Bildunterschrift: Dr. Till Dresbach, leitender Oberarzt der Klinik für Neonatologie und Kinderintensivmedizin am UKB, warnt vor unterschätzten Risiken und gibt Hinweise, wie sich Kinder an heißen Tagen wirksam schützen lassen.

Bildnachweis: Universitätsklinikum Bonn (UKB) / F. Heyder

Pressekontakt:

Jana Schäfer

Stellvertretende Pressesprecherin am Universitätsklinikum Bonn (UKB)

Stabsstelle Public Relations and Corporate Communication

Telefon: (+49) 228 287-19891

E-Mail: jana.schaefer2@ukbonn.de

Zum Universitätsklinikum Bonn: Als eines der leistungsstärksten Universitätsklinika Deutschlands verbindet das UKB Höchstleistungen in Medizin und Forschung mit exzellenter Lehre. Jährlich werden am UKB über eine halbe Million Patienten ambulant und stationär versorgt. Hier studieren rund 3.500 Menschen Medizin und Zahnmedizin, zudem werden jährlich über 600 Personen in Gesundheitsberufen ausgebildet. Mit rund 9.900 Beschäftigten ist das UKB der drittgrößte Arbeitgeber in der Region Bonn/Rhein-Sieg. In der Focus-Klinikliste belegt das UKB Platz 1 unter den Universitätsklinika in NRW und weist unter den Universitätsklinika bundesweit den zweithöchsten Case-Mix-Index (Fallschweregrad) auf. 2025 konnte das UKB knapp 100 Mio. € an Drittmitteln für Forschung, Transfer und Lehre einwerben. Das F.A.Z.-Institut zeichnete das UKB im vierten Jahr in Folge als „Deutschlands Ausbildungs-Champion“ und „Deutschlands begehrtesten Arbeitgeber“ aus. Aktuelle Zahlen finden Sie im Geschäftsbericht unter: [geschaeftsbericht.ukbonn.de](https://www.ukbnewsroom.de/kinderwagen-rutsche-gartenschlauch-wo-hitze-fuer-kinder-gefaehrlich-werden-kann).

<https://www.ukbnewsroom.de/kinderwagen-rutsche-gartenschlauch-wo-hitze-fuer-kinder-gefaehrlich-werden-kann>