

---

## Ratgeber: Mittel gegen den Treibhauseffekt im Auto

Im Hochsommer kann es im Auto sehr heiß werden. Das geht an die Konzentration, an die Nerven und ist unterwegs auch nicht ungefährlich. Um einen kühlen Kopf zu bewahren empfiehlt die Deutsche Verkehrswacht vor allem, viel Flüssigkeit zu sich zu nehmen und ein paar einfache Tipps gegen die Hitze zu beachten.

Wenn die Sonne durchs Autofenster scheint, heizt sich der Innenraum schnell auf. Deshalb sollten Fahrten in der Mittagshitze möglichst vermieden werden. Wer früh oder spät am Tag fährt, sollte wiederum darauf achten, fit und ausgeruht zu sein.

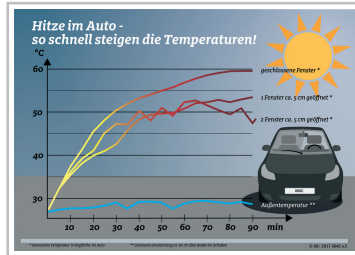
Beim Parken empfiehlt die DVW, möglichst die Fenster abzudecken und das Auto vor der nächsten Fahrt gut durchzulüften. Hilfreich sind auch Sonnenblenden aus dem Zubehörhandel, um Mitfahrer vor direkter Einstrahlung zu schützen. Auch wenn es eigentlich selbstverständlich sein sollte, gibt es immer wieder Meldungen, bei denen Autofahrer sich nicht daran gehalten haben: Lassen Sie niemals Kinder oder Haustiere allein im Auto zurück, auch nicht, wenn Sie „nur mal kurz“ etwas erledigen wollen.

Auch mit Klimaanlage ist Vorsicht geboten. Die trockene Luft kann die Augen reizen und beim Verlassen des Autos wirkt sich der hohe Temperaturunterschied mitunter negativ auf den Kreislauf aus. Experten raten, auch bei großer Hitze die Temperatur bei 20 Grad oder mehr zu haken und zwischendurch etwas frische Luft ins Auto zu lassen.

Bei hohen Temperaturen verliert der Körper viel Flüssigkeit, es kann zu Schwindelsymptomen, Stimmungsschwankungen und Konzentrationsstörungen kommen, die bei der Fahrt das Unfallrisiko steigern. Deshalb gehören im Hochsommer auch Getränke (möglichst gekühlt) griffbereit ins Auto. Wer sich unterwegs plötzlich schlapp und müde fühlt, sollte die Fahrt kurz unterbrechen und den Kreislauf wieder ein wenig in Schwung bringen. Kopf und Nacken zu befeuchten, bringt oft schon eine deutliche Erfrischung. (ampnet/jri)

---

## Bilder zum Artikel



Auch bei geöffneten Fenstern heizen sich Autos bei Hitze stark auf.

Foto: Auto-Medienportal.Net/ADAC