

Unwetter, Hochwasser und Hitze: So verhalten Sie sich richtig

Extreme Wetterereignisse nehmen auch in Deutschland zu. Starkregen, Stürme, Hagel, Hitze und Trockenheit können Menschen in Notlagen bringen. Deshalb ist es wichtig, Wetterwarnungen ernst zu nehmen und vorbereitet zu sein.

Wie das Wetter wird, lässt sich oft gut vorhersagen. Wie stark aber ein Unwetter an einem bestimmten Ort ausfällt, zeigt sich manchmal erst kurzfristig.

Sturm, Gewitter und Hagel

Wie häufig kommen Sturm und Gewitter im Ruhrgebiet vor?

Wie oft es stürmt und gewittert, ist von Jahr zu Jahr unterschiedlich. In Deutschland treten Stürme besonders häufig im Herbst und Winter auf. Von Sturm spricht der Deutsche Wetterdienst ab einer Windgeschwindigkeit von 75 Kilometern pro Stunde. Gewitter mit Starkregen, Hagel und Blitzen gibt es häufiger im Sommer. Grundsätzlich können Stürme und Gewitter aber das ganze Jahr über auftreten.

Nicht immer entstehen schwere Schäden. Es kann aber passieren. Zu Pfingsten 2014 richtete Sturmtief Ela in Nordrhein-Westfalen schwere Schäden an. In vielen Städten stürzten Bäume um. Straßen waren blockiert. Menschen wurden verletzt. Es gab sechs Todesfälle.

Was muss ich bei einem Sturm beachten?

- Wichtigste Regel: Bleiben Sie bei schweren Stürmen am besten zuhause. Äste können abbrechen, Bäume umstürzen, Dachziegel herabfallen. Die Verletzungsgefahr ist groß.
- Schließen Sie Fenster, Roll- oder Fensterläden. Sichern Sie Möbel, Blumentöpfe und andere Gegenstände auf dem Balkon oder im Garten. So verhindern Sie, dass umherfliegende Objekte zur Gefahr werden.
- Wenn Sie im Freien von einem Sturm überrascht werden: Meiden Sie große Hallen mit weiten Dächern, zum Beispiel Sporthallen, Lagerhallen oder Veranstaltungshallen. Bei sehr starkem Wind können Dächer beschädigt oder abgedeckt werden.
- Bleiben Sie auch in den Tagen nach einem Sturm vorsichtig. Lose Äste in Bäumen oder beschädigte Dachziegel können bei geringeren Windstärken noch zur Gefahr werden. Meiden Sie nach schweren Stürmen für die ersten Tage Wälder und Stadtparks.

Wie verhalte ich mich bei einem Gewitter?

Die Hinweise zum Verhalten bei Sturm gelten auch bei Gewitter. Denn bei einem Gewitter kann es ebenfalls stürmen. Hinzu kommt die Gefahr durch Blitze.

- Auch hier gilt: Bleiben Sie, wenn möglich, zu Hause.
- Trennen Sie empfindliche Elektrogeräte vom Stromnetz oder nutzen Sie einen Überspannungsschutz. So senken Sie das Risiko, dass Geräte bei einem Blitzeinschlag kaputtgehen.

Im Freien:

- Suchen Sie Schutz in einem festen Gebäude auf.
- Meiden Sie offene Flächen wie Felder oder Sportplätze. Betreten Sie keine Gewässer und verlassen Sie Orte wie Halden oder Berggipfel. Halten Sie Abstand von Bäumen, Türmen, Strommasten, Antennen und Überlandleitungen.
- In einem geschlossenen Auto sind Sie bei Gewitter in der Regel sicher. Berühren Sie möglichst keine blanken Metallteile.
- Nutzen Sie bei Gewitter möglichst keinen Regenschirm, sondern suchen Sie Schutz in naheliegenden Gebäuden oder einem anderen Unterstand. Steigen Sie vom Fahrrad ab und halten Sie Abstand. Metall kann Strom leiten und bei einem Blitzeinschlag gefährlich werden.
- Wenn kein Gebäude und kein Auto in der Nähe sind: Suchen Sie eine Mulde oder Senke. Gehen Sie in die Hocke. Stellen Sie die Füße eng zusammen. Senken Sie den Kopf und machen Sie sich klein. So verringern Sie die Gefahr bei einem Blitzeinschlag in der Nähe.

Bei Hagel:

- Schützen Sie zusätzlich Nacken und Kopf mit geeigneten, verfügbaren Gegenständen (Handtasche, Aktenordner, Jacke etc.) – notfalls mit Ihren Händen.

Hochwasser durch Starkregen

Wie häufig kommt Hochwasser im Ruhrgebiet vor?

Wenn Sie in der Nähe von Ruhr, Emscher, Lippe oder anderen Flüssen leben, kennen Sie das Risiko von Hochwasser vielleicht bereits. In allgemeiner Erinnerung bleiben vor allem sogenannte Jahrhundertfluten.

Die Flutkatastrophe im Juli 2021 verursachte auch im Ruhrgebiet schwere Schäden. Stark betroffen war unter anderem die Stadt Hagen. Dort traten die Lenne und die Volme über die Ufer. Gleichzeitig konnte die Kanalisation die Wassermassen nicht mehr aufnehmen.

Überforderte Kanalsysteme sind ein Grund, warum Starkregen auch ohne Fluss in der Nähe gefährlich werden kann. Unterführungen, Keller und Tiefgaragen können sehr

schnell volllaufen. Fachleute gehen davon aus, dass kräftige Regenfälle in Zukunft häufiger vorkommen können.

Wann sollte ich mich auf ein Hochwasser vorbereiten?

Vorsorge ist besonders ratsam, wenn Sie in einem Risikogebiet leben, zum Beispiel in der Nähe eines Flusses. Halten Sie Trinkwasser, Lebensmittel, Hygieneartikel und notwendige Medikamente für mehrere Tage bereit.

Bereiten Sie außerdem eine Dokumentenmappe mit wichtigen Unterlagen und ein Notfallgepäck vor. So sind Sie vorbereitet, falls Sie Ihr Zuhause kurzfristig verlassen müssen.

Spätestens bei einer Hochwasserwarnung sollten Sie handeln. Warnungen gibt es über die Medien und über die Warn-Apps wie NINA. Aktuelle Wasserstände finden Sie bei der Hochwasserzentrale NRW.

Was tue ich bei einem drohenden Hochwasser?

- Halten Sie geeignete Schutzmittel bereit. Beispiele sind: Sandsäcke, wasserfeste Sperrholzplatten oder Silikon zum Abdichten.
- Bringen Sie wertvolle Gegenstände, wichtige Unterlagen und Elektrogeräte aus dem Keller und dem Erdgeschoss in höhere Etagen. Aber nur, wenn das gefahrlos möglich ist.
- Schalten Sie elektrische Geräte und Heizungen in gefährdeten Räumen ab.
- Gehen Sie bei Hochwasser nicht in Keller oder Tiefgaragen. Dort besteht Lebensgefahr. Wasser kann Türen zudrücken, Fluchtwege versperren und Stromschläge verursachen.
- Wenn Sie das Haus verlassen: Helfen Sie anderen, aber bringen Sie sich nicht in Gefahr!

Hitze, Trockenheit und Waldbrandgefahr

Was sind Hitzetage – und warum sind sie ein Problem?

Ein Hitzetag ist ein Tag, an dem die Temperatur auf mindestens 30 Grad Celsius steigt. Besonders in dicht bebauten Städten des Ruhrgebiets kann Hitze belastend werden. In engen Straßen und zwischen Gebäuden staut sich die Wärme. Nachts kühlt es oft nicht richtig ab. Die Folge können tropische Nächte sein. So heißen Nächte, in denen die Temperatur nicht unter 20 Grad Celsius fällt.

Die Zahl der Hitzetage nimmt in Deutschland zu. Anhaltende Hitze belastet den Körper. Er muss stärker arbeiten, um sich abzukühlen. Durch Schwitzen verliert der Körper Wasser und Salze. Das kann zu Kreislaufproblemen, Kopfschmerzen, Erschöpfung oder Verwirrtheit führen.

Wichtig ist daher, viel zu trinken. Doch manche Menschen verspüren weniger Durst oder schaffen es nicht, genügend zu trinken. Deswegen sind kleine Kinder, ältere Menschen und kranke Personen besonders gefährdet.

Wie bereite ich mich auf Hitze vor?

- Sorgen Sie für genügend Getränke im Haus. Mineralwasser, Schorlen oder Früchte- und Kräutertees sind eine gute Wahl. Kaffee und Bier sind keine geeigneten Durstlöscher. Koffein und Alkohol belasten den Kreislauf zusätzlich.
- Dunkeln Sie Räume gegen direkte Sonneneinstrahlung ab. Schaffen Sie Schatten auf dem Balkon oder im Garten.
- Bereiten Sie kleine Hilfsmittel vor. Eine Sprühflasche mit Wasser, kühle Fußbäder, Eiswürfel oder Kühlpacks können für Abkühlung sorgen.

Wie verhalte ich mich bei Hitze?

- Lüften Sie bevorzugt am frühen Morgen, am späten Abend oder nachts. Dann ist die Luft draußen meist kühler.
- Trinken Sie ausreichend. 1,5 bis 2 Liter am Tag sollten es mindestens sein.
- Erinnern Sie Menschen in Ihrem Umfeld daran, regelmäßig zu trinken.
- Meiden Sie im Freien die pralle Sonne.
- Tragen Sie luftige, helle Kleidung.
- Denken Sie an Sonnenschutz. Dazu gehört Sonnencreme. Aber auch eine Kappe oder sonstige Kopfbedeckungen sind empfehlenswert.
- Verlegen Sie Sport und andere anstrengende Tätigkeiten in die Morgen- oder Abendstunden.
- Lassen Sie auf keinen Fall Kinder oder Tiere im Auto allein. Auch nicht für kurze Zeit und auch nicht bei geöffnetem Fensterspalt. Es droht Lebensgefahr durch Hitzschlag.
- Achten Sie auf Ihre Mitmenschen. Wenn Sie eine hilflose Person sehen: Helfen Sie und wählen Sie 112!

Wie groß ist die Gefahr von Waldbränden im Ruhrgebiet?

Bei längerer Trockenheit kann die Waldbrandgefahr auch im Ruhrgebiet steigen. Im Trockenjahr 2022 mussten die Feuerwehren in NRW zu 203 Waldbränden ausrücken. Größere Brände gab es in Witten und in Haltern am Silbersee. Insgesamt war eine Waldfläche von 74 Hektar betroffen – das sind mehr als 100 Fußballfelder!

Bei langanhaltender Trockenheit reicht manchmal schon ein Funke, um einen Brand auszulösen. Deshalb gilt:

- Werfen Sie keine Zigaretten oder andere brennende Gegenstände in die Natur!
- Parken Sie kein Auto auf trockenen Feldern, Wiesen oder an Waldrändern. Ein heißer Auspuff kann Gräser und Pflanzen entzünden!
- Verzichten Sie auf offenes Feuer in der Natur. Grillen Sie nur dort, wo es ausdrücklich erlaubt ist.
- Wenn Sie Feuer oder Rauch in der Natur entdecken: Rufen Sie die Feuerwehr unter 112.