

Landratsamt Neumarkt i. d. OPf. –Gesundheitsamt–



Landratsamt Neumarkt i. d. OPf. - Postfach 1405 - 92304 Neumarkt

Ihr Zeichen:
Ihre Nachricht vom:
Unser Zeichen: 60/Dr.Sp./nb.
Sachbearbeiter: Hr. Dr.Sperber
Zimmer-Nr.:
Telefon: 09181/470 514
Telefax: 09181/470 500
eMail:
Datum: 06. Juni 2014

Endlich Hochsommer – ein paar Tipps sollte man jedoch beherzigen!

In den nächsten Tagen soll es Temperaturen über 30 Grad geben, ideales Wetter für Aktivitäten im Freien, insbesondere zum Baden.

Es gibt jedoch einige Gesundheitsgefahren, die man beachten soll!

Der plötzliche Wetterumschwung mit den hohen Temperaturen ist häufig für ältere Menschen nicht unproblematisch. Bei Pflegebedürftigen und Dementen sollte daher auf genügend Flüssigkeit geachtet werden.


Im Bad wird häufig die Sonneneinstrahlung unterschätzt und insbesondere bei Kleinkindern sollte darauf geachtet werden, dass sie nur mit einem entsprechenden Mütchen oder einer sonstigen Kopfbedeckung herumplantschen.

Sportliche Aktivitäten werden am besten auf die Morgen- oder Abendstunden verlegt.

Besonders vorsichtig sollte man mit übermäßigem Genuss von Alkohol sein. Alkohol sorgt dafür, dass die Blutgefäße weit werden und eventuelle Kreislaufbeschwerden weiter verschlimmert werden.

Wenn man diese banalen Tipps beachtet, müsste man eigentlich gut über die kommenden heißen Tage kommen und das schöne warme Sommerwetter genießen können

Dr. med. Heinz Sperber
Gesundheitsamt Neumarkt i.d.OPf.

Besuchszeiten:	Hausanschrift:	Banken:	IBAN	BIC	Stadtbushaltestellen:
Mo., Di. 08:00 - 16:00 Uhr	92318 Neumarkt i.d.OPf., Nürnberger Straße 1	Sparkasse Neumarkt	DE80 7605 2080 0000 2610 08	BYLADEM1NMA	Linien 561/562
Mi., Fr. 08:00 - 12:00 Uhr	Telefon: 09181/470-0	Raiffeisenbank Neumarkt	DE58 7606 9553 0000 1140 06	GENODEF1NM1	
Do. 08:00 - 18:00 Uhr	Telefax: 09181/470320	Postbank Nürnberg	DE32 7601 0085 0004 8278 53	PBNKDEFF	

E-Mail: landratsamt@landkreis-neumarkt.de
Internet: www.landkreis-neumarkt.de

Bitte vereinbaren Sie Termine auch während der Öffnungszeiten!