



PRESSEINFORMATION

Cool bleiben trotz Hitzewelle - Wasser hilft Ihnen dabei

Für das kommende Wochenende prophezeien uns die Meteorologen eine Hitzewelle mit Temperaturen von bis zu 39°. Das seit Wochen anhaltende hochsommerliche Wetter erfreut viele Menschen, für unseren Organismus stellt es jedoch eine große Herausforderung dar. Trinken, trinken, trinken lautet die Devise, denn nur mit ausreichender Flüssigkeitszufuhr funktioniert die körpereigene „Klimaanlage“ optimal.

Regelmäßiges Trinken für Risikogruppen besonders wichtig.

Liegt der tägliche Flüssigkeitsbedarf eines Erwachsenen unter normalen Bedingungen bei ca. 2 Litern, so sollten es bei extremer Hitze mindestens 3 Liter sein. Wasser ist natürlich am besten als Durstlöcher geeignet, da der Körper selbst zu über 70 % aus Wasser besteht. Aber auch ungesüßte Tees und mit Wasser gemischte Fruchtsäfte sind gute Durstlöcher. Allerdings sollte nie zu kalt getrunken werden. Lauwarm lautet die Devise, wenn die Temperaturen die 30 Grad Grenze überschreiten. Denn nach sehr kalten Getränken und einer kalten Dusche, fängt man erst recht wieder zu schwitzen an.

Im Büro hilft es oft, den Puls beider Handgelenke unter der kalten Wasserleitung zu kühlen. Auch bei körperlich anstrengenden Berufen ist die Trinkwasserflasche als ständiger Begleiter ein Muss. Auf sportliche Aktivitäten und große körperliche Anstrengung in der Mittagshitze sollte man am besten ganz verzichten und möglichst die frühen Morgen- oder die späteren Abendstunden zur körperlichen Betätigung nützen.

Besonders bei älteren Menschen, welchen oft das Durstgefühl fehlt, leidet der Organismus unter Flüssigkeitsmangel und Hitze doppelt. Hier sollte regelmäßiges, ausreichendes Trinken zum Ritual werden. Auch Kleinkinder sollten stündlich animiert werden, ein paar Schluck zu trinken.

Versorgungssicherheit aufgrund hoher Investitionen vorhanden.

Anzumerken ist, dass die ausreichende Versorgung mit Trinkwasser im Nordburgenland auch bei anhaltenden Spitzentagesverbräuchen durch den Wasserleitungsverband Nördliches Burgenland sichergestellt ist. Dies ist jedoch nur aufgrund laufender hoher Investitionen bzw. durch ständige Optimierungsmaßnahmen möglich. „Der Wasserleitungsverband Nördliches Burgenland ist ein gemeinnütziger Verband, der nicht auf Gewinn ausgerichtet ist.“ so der Obmann des WLV Nördliches Burgenland, Bgm. Ing. Gerhard Zapfl: „Darum ist es unser oberster Grundsatz, die Einnahmen über den Ausbau und die Erneuerung der Infrastruktur wieder den Kunden und der Wirtschaft zukommen zu lassen. Die Gewährleistung von Versorgungssicherheit und einer guten Wasserqualität kann nur von einem öffentlichen und nicht nach Gewinn orientierten Unternehmen garantiert werden.“

Eisenstadt, am 24. Juli 2013



Bgm. Ing. Gerhard Zapfl
(Obmann)



www.wasserleitungsverband.at