



Badeunfälle oft durch Selbstüberschätzung

Fünf Menschen sind heuer bereits in Kärntens Seen an den Folgen eines Badeunfalles gestorben. Laut Wasserrettung ist die Ursache oft Selbstüberschätzung. Sie mahnt zur Vorsicht.

Wärmer als das Meer in der Karibik ist derzeit das Wasser mancher Kärntner Seen. Der Rekordwert von 30 Grad wurde im Klopeiner und Turner See gemessen. Die hohen Temperaturen im und außerhalb des Wassers bergen auch ein Risiko, warnt Heinz Kernjak, Leiter der Österreichischen Wasserrettung in Kärnten: „Viele Menschen halten sich sehr lange im Wasser auf und berücksichtigen dabei nicht, dass eigentlich keine Erfrischung mehr gegeben ist, sondern dass es eigentlich eine zusätzliche Belastung ist, wenn man sich zu lange im warmen Wasser aufhält. Dabei strahlt ja auch die Sonne auf den Kopf und das hat Auswirkungen auf den Kreislauf.“

Klassische Baderegeln beachten

Kernjak verweist auf die klassischen Baderegeln: „Man sollte sich jedenfalls nicht direkt ins Wasser stürzen. Ältere Personen sollten zudem nicht zu weit hinausschwimmen. Sie sollten eher baden anstatt zu schwimmen - sich also nicht zu sehr körperlich überanstrengen und eher im flacheren Wasserbereich bleiben. Ganz wichtig wäre, sich einen Schwimmpartner zu suchen, der einen beobachtet. Dieser kann einem auch Hilfe leisten, wenn etwas passieren sollte, denn die Wasserrettung kann nicht überall gleichzeitig sein.“

Bei Hitze vor Bad aklimatisieren

Vor dem Baden sollte man sich dann mit Wasser abkühlen, wenn die Lufttemperatur moderat und das Wasser im See etwas kühler sei, so Kernjak: „Derzeit gibt es kaum Temperaturunterschiede zwischen Wasser und Luft. Man sollte sich eher länger im seichten Bereich aufhalten, um sich zu aklimatisieren. Wenn man sich lange unter der Sonne aufhält und dann plötzlich ins Wasser begibt ist das für den Kreislauf noch immer ein starker Unterschied. Man sollte daher lieber langsam dem Wasser gehen.“

Im Ernstfall Rettungskette sofort in Gang setzen

Falls Badegäste bemerken, dass ein Schwimmer im Wasser Probleme hat, sollte unverzüglich die Notrufnummern 130 oder 122 wählen oder das Rote Kreuz anrufen, unterstreicht Kernjak: „Die Rettungskette muss so rasch wie möglich in Gang gesetzt werden. Wasserrettung und Bademeister sind zu verständigen. Das sind kompetente Kräfte, die sofort in Einsatz gehen können.“



ORF



ORF