

ÖAMTC: Bei Hitze steigt die Zahl der Verkehrsunfälle um 25 Prozent

Ab 30 Grad lässt die Leistung nach und die Aggressionen steigen

Im Jahr 2021 ereigneten sich 32.774 Straßenverkehrsunfälle in Österreich, bei denen 41.251 Personen verletzt oder getötet wurden, das entspricht pro Tag durchschnittlich 90 Unfällen. In den wärmeren Monaten, von Mai bis September 2021, wurden im Schnitt 123 Unfälle pro Tag gemeldet, mit deutlichen Unterschieden je nach Hitzegrad: So ereigneten sich an Hitzetagen mit 30 Grad und mehr im Durchschnitt 150 Unfälle – 25 Prozent mehr als an Tagen unter 30 Grad (Quelle: Statistik Austria in Kombination mit Daten der Zentralanstalt für Meteorologie und Geodynamik). ÖAMTC-Verkehrspsychologin Marion Seidenberger erklärt, was im Körper vor sich geht: "Ab rund 30 Grad Außentemperatur kann unser Körper in eine Art 'Alarmstimmung' versetzt werden und fokussiert sich dann hauptsächlich auf die Kühlung. Konzentration und Leistungsfähigkeit nehmen ab, ein gewisses Unwohlsein oder sogar Stress – und damit verbunden Aggression – steigen im Gegenzug. Auch die Hilfsbereitschaft kann abnehmen, denn der Körper ist vorrangig auf 'Selbsterhaltung' eingestellt."

Die Expertin des Mobilitätsclubs hat ein paar Tipps im Umgang mit der Hitze zusammengestellt:

- **Verständnis haben:** Sich bewusst machen, dass nicht alle Menschen Hitze gleich gut vertragen – vielleicht sogar am Limit sind, während man sich selbst eventuell wie im Urlaub fühlt. "Die individuelle Wohlfühltemperatur ist unterschiedlich – für viele Mitteleuropäer liegt sie um die 25 Grad", weiß Seidenberger.
- **Gelassen bleiben:** Emotionen im Verkehrsgeschehen nicht spontan aufkochen und aufschaukeln lassen – das kostet nur Energie – sondern ruhig bleiben und überlegt handeln.
- **Viel trinken, leicht essen:** Viel Wasser trinken, aber Alkohol und schweres Essen meiden – das belastet den Kreislauf zusätzlich.
- **Klimaanlage:** Das Fahrzeug nicht zu extrem runterkühlen – von der Energieverschwendung abgesehen belasten zu große Temperaturunterschiede beim Aus- & Einsteigen den Körper ebenfalls.
- **Terminplanung:** Nach Möglichkeit Termindruck rausnehmen und längere Pufferzeiten einplanen. Eventuell vorab klären, ob angesichts der Hitze eine formelle Businesskleidung wirklich notwendig ist, oder ob man sich im Sinne aller Beteiligten auf luftige Sommerkleidung verständigen kann.

Abschließend empfiehlt die Verkehrspsychologin: "Wie man am besten mit Hitze umgeht, kennen wir aus südlichen Urlaubsländern mit ihrer 'Siesta-Kultur' – nach Möglichkeit die größten Hitzestunden zu Mittag und am frühen Nachmittag für anstrengende Tätigkeiten meiden und es generell ein bisschen ruhiger angehen."