

Reisetipps für coole Köpfe

Denn wir möchten, dass Sie sicher und gelassen Ihr Fahrziel erreichen

Schön, wenn es warm ist. Wer allerdings bei 30°C im Auto sitzt, wird besonders gefordert: in geschlossenen Fahrzeugen wird es schnell brütend heiß und der Kreislauf auf die Probe gestellt. Das kann zu Stress führen. Das Herz schlägt schneller, es kommt zu Schweißausbrüchen und Nervosität. Dies wiederum hebt das Aggressionsniveau und fördert irrationales Verhalten. Die Gefahr von Fahrfehlern mit bösen Folgen wächst. Doch mit ein paar Tipps kommen Sie gelassen durch die heißen Tage:

Lassen Sie Kinder und Tiere nicht im Auto zurück

Kleine Kinder und Tiere sollten nie bei Sommerhitze in einem verschlossenen Fahrzeuge zurückgelassen werden. Der Innenraum kann sich bei direkter Sonneneinstrahlung pro Minute um 1°C aufheizen. Herrschen sommerliche Temperaturen, sind Werte bis zu 70°C in kurzer Zeit erreicht. Diese können zu Ohnmacht oder Kreislaufkollaps führen und sind im Extremfall lebensbedrohlich.

Nutzen Sie Hitzeschutz: Schattenparkplatz und Alumatten an Autoscheiben

Einen rundum wirksamen Schutz gegen Hitze im abgestellten Auto gibt es nicht. Primär gilt natürlich: Im Schatten parken. Spezielle Alumatten oder Pappen an den Scheiben können für zusätzlichen Hitzeschutz sorgen. Sie reflektieren das Sonnenlicht und verhindern, dass sich das Auto schnell aufheizt.

Lüften Sie Ihr Auto gut durch

Ist der Innenraum vor der Abfahrt unangenehm aufgeheizt, warten Sie mit dem Start. Ratsam ist es, erst einmal alle Türen zu öffnen, damit die angestaute Hitze aus dem Fahrzeug entweichen kann. Hier die Kofferraumklappe nicht vergessen.

Vermeiden Sie Zugluft bei Sommerhitze

Geöffnete Seitenfenster sind ein beliebtes Mittel, gegen die Hitze im Wageninneren. Doch ratsam ist dies gerade bei längeren Fahrten nicht: das offene Fenster führt zu erhöhter Geräuschbelastung und damit zu mehr Stress. Und die Gefahr einer Ohrenentzündung oder Erkältung durch Zugluft darf nicht unterschätzt werden.

Legen Sie eine Pause mehr ein

Hitze bedeutet Stress und erhöhte körperliche Belastung. Achten Sie gerade bei längeren Touren auf genügend Pausen. Ein paar Dehn- oder Streckübungen können zusätzlich helfen, das Körpergefühl zu verbessern sowie wach und fit zu bleiben.

Trinken Sie ausreichen, aber nicht zu kalt

Flüssigkeit ist bei Hitze nicht nur angenehm, sondern auch wichtig. Greifen Sie aber bitte nicht zu Eiskaltem. Die vermeidliche Erfrischung führt wegen des hohen Temperaturunterschieds zu einer Gegenreaktion in Form von Schwitzen und damit zu weiterem Flüssigkeitsverlust. Besonders ratsam sind lauwarme Kräutertees, Saftschorlen und Mineralwasser.

Füllen Sie Ihren Tank nicht randvoll

Bei hohen Temperaturen dehnt sich der Kraftstoff aus. Er kann dann über die Tankentlüftung entweichen und es besteht die Gefahr, dass er sich entzündet. Anhaltspunkt: der Inhalt eines 50-Liter-Tanks dehnt sich um etwa einen Liter aus. Beim Tanken sollte entsprechend weniger eingefüllt werden.

Gute Fahrt wünscht Ihnen Ihr **KFZ-Sieverling Team**