



Newsletter

Facebook Pinterest Youtube Twitter

Startseite » Vital leben » Praxisvita – weil Gesundheit mir wichtig ist » Macht Hitze aggressiv?

Macht Hitze aggressiv?



von **Phyllis Kuhn** - PraxisVITA.de

Teilen

Pin it



Sind wir bei Hitze aggressiver? Auf diese Frage hat die Wissenschaft nun eine Antwort gefunden

Nach all dem Kummer über den verregneten und kühlen Sommer sollten wir uns über die schönen Sommertage eigentlich freuen. Tun wir ja auch, aber was ist nur mit unseren Mitmenschen los?

Rempelnde Kunden in der Warteschlange, wild hupende und drängelnde Mitfahrer auf der Autobahn – machen die warmen Temperaturen etwa aggressiv?

Zunächst einmal bereiten sie unserem Organismus viel Arbeit. Um die Körpertemperatur konstant zu halten, schwitzen wir vermehrt. Damit die Wärme besser an die Hautoberfläche abgeleitet werden kann, weiten sich die Blutgefäße und der Blutdruck sinkt. Das Herz muss mehr pumpen und wir ermüden schneller und die Konzentration lässt nach. Das macht sich vor allem im Straßenverkehr bemerkbar.

Der ADAC hat das im Jahr 2005 in einer Studie untersucht. Von den 12.000 Unfällen aus diesem Jahr passierte jeder siebte schwere Unfall an Tagen mit Temperaturen über 25 Grad Celsius. Waren es mehr als 30 Grad Celsius, stieg die Zahl der Unfälle sogar um bis zu 22 Prozent.

Auch der amerikanische Psychologe Craig Anderson von der Iowa State University forscht zu diesem Phänomen der „heat hypothesis“. Er stellte fest, dass Polizisten bei hohen Temperaturen schneller als bei niedrigeren Temperaturen schießen. Er fand außerdem heraus, dass ab Temperaturen von über 32 Grad Celsius mehr Fälle von häuslicher Gewalt und Körperverletzung gemeldet werden.

Das Thema wird in den USA bereits seit den 1960er Jahren erforscht. Damals kam erstmals der Begriff „Long hot Summer Effect“ auf. In den siebziger Jahren experimentierten die amerikanischen Forscher Robert Baron und Paul Bell zum Thema Hitze und Empathie. Dabei konnten Probanden Menschen in einer anderen Gruppe der Studie mit Elektroschocks bestrafen. Geschah das Experiment bei 30 Grad statt bei 23 Grad Celsius, verteilten die Teilnehmer längere Elektroschocks.

Mehr globale Konflikte durch Hitze?

Der Effekt scheint aber auch auf höherer Ebene beobachtbar zu sein. Der Wirtschaftswissenschaftler Edward Miguel von der University of California in Berkeley untersuchte einen möglichen Zusammenhang zwischen warmen Klimaperioden und politischen Konflikten. **Seine Meta-Analyse aus 60 Studien zeigte, dass die Wahrscheinlichkeit für globale Konflikte bei steigenden Temperaturen um bis zu 14 Prozent nach oben schnellte.** Sogar einen Zusammenhang zwischen dem Untergang chinesischer Dynastien und heißen Temperaturen wollen die Forscher um Miguel entdeckt haben.

Mehr Gewalt in der Nähe des Äquators?

In einer kürzlich veröffentlichten **Studie** haben Forscher aus den Niederlanden und den USA untersucht, warum die Verbrechensquoten in der Nähe des Äquators höher sind als in anderen Teilen der Welt. Die Wissenschaftler um Paul van Lange, Psychologie-Professor an der Vrije Universiteit Amsterdam entwickelten dazu ein sogenanntes CLASH-Modell (Climate Aggression, and Self-control in Humans = Klima Aggression, und Selbstkontrolle bei Menschen). **Mit Hilfe des Modells fanden sie heraus, dass es nicht die heißen Temperaturen an sich sind, die zu Aggressionen führen, sondern eher die Schwankungen im Klima.** Menschen, die in Ländern mit ausgeprägten Jahreszeiten, also kalten Wintern und heißen Sommern lebten, wie etwa in Skandinavien, wären viel stärker auf vorausschauendes Handeln und damit einhergehende Selbstdisziplin angewiesen als Menschen, die gleichbleibendes Klima gewohnt sind, wie in Ländern in der Nähe des Äquators. Da in diesen Ländern eine stärkere Orientierung an der Gegenwart vorherrscht, müssten die Menschen dort weniger Selbstdisziplin ausüben. Das führe dazu, dass sie schneller aggressiv und manchmal auch eher gewalttätig reagieren. „Das Klima formt das Leben der Menschen, es beeinflusst die Kultur auf eine Weise, wie wir es uns in unserem täglichen Leben nicht vorstellen können“, erklärt Brad Bushman, Ko-Autor der Studie. „Wir glauben, dass unser Modell helfen kann, den Einfluss des Klimas auf die Gewalt in einigen Teilen der Welt zu erklären“, ergänzt seine Kollegin Maria I. Rinderu von der VU Amsterdam.

So bleiben Sie bei Hitze gelassen:

Nach etwa zehn Tagen hat sich der Organismus an hohe Temperaturen angepasst. Die Körpertemperatur wird dann effektiver über das Schwitzen reguliert, wir verlieren weniger Elektrolyte. Wichtig: Planen Sie Ihren Tag nicht so dicht, wie an Tagen mit normalen Temperaturen. Lassen Sie sich stattdessen für alles etwas mehr Zeit und machen Sie bewusst Pausen, um zu trinken und abzukühlen. Im Büro darf kurz vor der Mittagspause und dem Feierabend die Klimaanlage etwas weniger kühl eingestellt werden, damit der Temperaturunterschied beim Rausgehen nicht zu groß ausfällt.

Hamburg, 28. August 2016



Tägliche **News und Gesundheits-Tipps** von PraxisVITA per Messenger direkt auf dein Smartphone. Gleich anmelden.

WhatsApp
mit Handynummer

Facebook
mit Facebook-Konto

© by **WhatsBroadcast**

Bilder Copyrights:
Fotolia