

DAK-Hitzereport 2026

Gesundheitsverhalten bei extremer Hitze: Ergebnisse einer repräsentativen Bevölkerungsbefragung

forsa Gesellschaft für
Sozialforschung und
statistische Analysen mbH

Gutenbergstraße 2
10587 Berlin

Telefon 030 62882-0

E-Mail info@forsa.de

Inhaltsverzeichnis

Vorbemerkung.....	3
1 Gesundheitliche Probleme durch Hitze	4
2 Verhaltensweisen zum Schutz vor hitzebedingter Gesundheitsfolgen.....	8
3 Sorge im Hinblick auf Hitzewellen und Extremwetter	10
4 Hitze und Extremwetter im gesellschaftlichen Kontext.....	12
4.1 Meinungen zu Maßnahmen, um auf Hitze zu reagieren	12
4.2 Einschätzung der von Hitzewellen betroffenen gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Bereiche	14

Vorbemerkung

Im Auftrag der DAK-Gesundheit hat forsa Gesellschaft für Sozialforschung und statistische Analysen mbH erneut eine repräsentative bundesweite Befragung unter der deutschsprachigen Bevölkerung zum Thema „Gesundheitsverhalten bei extremer Hitze“ durchgeführt.

In der Befragung wurden unter anderem das Auftreten gesundheitlicher Probleme bei Hitze, Sorgen im Hinblick auf Hitzewellen und Extremwetter, der subjektive Informationsstand zu Verhaltensweisen bei Hitze sowie eine Einschätzung der besonders von Hitze betroffenen gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Bereiche ermittelt. Zudem wurde gefragt, inwiefern die Befragten der Meinung sind, dass ausreichend Maßnahmen zur Minimierung der Folgen von Hitze ergriffen werden.

Im Rahmen der Untersuchung wurden insgesamt 1.519 nach einem systematischen Zufallsverfahren ausgewählte Bundesbürgerinnen und -bürger ab 18 Jahren befragt.

Die Erhebung wurde vom 22. Juni bis zum 1. Juli 2026 im Rahmen des repräsentativen Online-Panels forsa.omninet durchgeführt.

Die ermittelten Ergebnisse können lediglich mit den bei allen Stichprobenerhebungen möglichen Fehlertoleranzen (im vorliegenden Fall +/- 3 Prozentpunkte) auf die Grundgesamtheit übertragen werden.

Die Untersuchungsbefunde werden im nachfolgenden Ergebnisbericht vorgestellt und den Ergebnissen der letzten Erhebungen vom Juni 2022, Juni 2023, Juli 2024 sowie Juli 2025 gegenübergestellt.

1 Gesundheitliche Probleme durch Hitze

In den letzten Tagen gab es in Deutschland wieder Temperaturen um oder sogar über 30 Grad. Vor diesem Hintergrund wurde ermittelt, inwiefern diese hohen Temperaturen der Bevölkerung gesundheitliche Probleme bereitet haben.

Knapp jede/r dritte Befragte (30 %) hatte eigenen Angaben zufolge durch die Hitze persönlich gesundheitliche Probleme. Bei gut zwei Dritteln (69 %) war das nicht der Fall.

Im Vergleich zu den Vorjahren ist der Wert aktuell etwas höher – was unter anderem damit zusammenhängen könnte, dass im Befragungszeitraum mancherorts die 40-Grad-Marke erreicht wurde.

Frauen geben häufiger als Männer an, aufgrund der Hitze von gesundheitlichen Problemen betroffen zu sein. Überdurchschnittlich häufig nehmen Befragte aus Großstädten mit mindestens 500.000 Einwohnern Auswirkungen der Hitze auf ihre Gesundheit wahr.

Gesundheitliche Probleme durch Hitze

Durch die Hitze hatten persönlich gesundheitliche Probleme

		ja %	nein %
insgesamt	2022	26	73
	2023 *	20	79
	2024 *	24	75
	2025	26	73
	2026	30	69
Männer		21	79
Frauen		40	59
18- bis 29-Jährige		32	67
30- bis 44-Jährige		35	64
45- bis 59-Jährige		28	71
60 Jahre und älter		28	71
Ortsgröße (Einwohner):	unter 5.000	27	73
	5.000 bis unter 20.000	26	73
	20.000 bis unter 100.000	30	68
	100.000 bis unter 500.000	32	67
	500.000 und mehr	38	60

* jeweils leicht geänderte Fragestellung
an 100 Prozent fehlende Angaben = „weiß nicht“

Anschließend wurden diejenigen, bei denen gesundheitliche Probleme durch die Hitze aufgetreten sind, nach den konkreten Beschwerden gefragt.

Bei den meisten Befragten mit Hitzebeschwerden sind Abgeschlagenheit bzw. Müdigkeit (71 %), Schlafprobleme (68 %) oder Kreislaufbeschwerden (64 %) aufgetreten.

Gut die Hälfte der Befragten mit Beschwerden (52 %) litt unter Kopfschmerzen.

Schwindel wurde von rund einem Drittel (32 %) der Befragten mit hitzebedingten gesundheitlichen Problemen festgestellt und Appetitlosigkeit von gut einem Viertel (27 %).

Vergleichsweise seltener traten nach Angabe der Befragten Bewusstseinsstörungen bzw. Verwirrtheit (7 %) in Folge der jüngsten Hitzewelle auf.

Die extreme Hitze in den letzten Tagen, an denen mancherorts die 40-Grad-Marke überschritten wurde, führte noch etwas häufiger zu Schlafproblemen und Appetitlosigkeit als in den letzten drei Jahren bei Hitzewellen mit Temperaturen um oder über 30 Grad.

Art der gesundheitlichen Probleme durch Hitze

Durch die Hitze hatten folgende gesundheitlichen Probleme:	insgesamt				
	2022	2023	2024	2025	2026
	%	%	%	%	%
Abgeschlagenheit/Müdigkeit	74	72	76	69	71
Schlafprobleme	68	56	59	59	68
Kreislaufbeschwerden	68	67	66	68	64
Kopfschmerzen	54	40	45	50	52
Schwindel	36	33	35	33	32
Appetitlosigkeit	19	11	12	18	27
Bewusstseinsstörung/Verwirrtheit	5	3	3	2	7
andere gesundheitliche Probleme durch die Hitze	10	16	13	11	13

Basis: Befragte, die durch die Hitze gesundheitliche Probleme hatten
Prozentsumme größer 100, da Mehrfachnennungen möglich

Darüber hinaus wurden diejenigen mit gesundheitlichen Problemen durch die Hitze gefragt, ob sie infolgedessen eine Ärztin bzw. einen Arzt aufgesucht haben.

5 Prozent der Befragten mit gesundheitlichen Problemen haben aus diesem Grund eine Ärztin bzw. einen Arzt aufgesucht. Fast keine/r der Befragten (1 %) musste infolgedessen in die Notaufnahme.

13 Prozent derjenigen mit hitzebedingten gesundheitlichen Beschwerden haben zwar keinen Arzt aufgesucht, meinen jedoch, dass das sinnvoll gewesen wäre.

Dass es nicht nötig war, in Folge der aufgetretenen gesundheitlichen Probleme eine Ärztin bzw. einen Arzt aufzusuchen, geben 81 Prozent der Befragten mit Hitzebeschwerden an.

Arztbesuch in Folge gesundheitlicher Probleme durch Hitze

In Folge der gesundheitlichen Probleme	insgesamt				
	2022	2023	2024	2025	2026
	%	%	%	%	%
... haben einen Arzt aufgesucht.	7	10	5	5	5
... mussten in die Notaufnahme.	2	0	0	1	1
... haben keinen Arzt aufgesucht, aber es wäre sinnvoll gewesen.	17	18	16	12	13
... war es nicht nötig, einen Arzt aufzusuchen.	74	71	78	83	81

Basis: Befragte, die durch die Hitze gesundheitliche Probleme hatten
an 100 Prozent fehlende Angaben = „weiß nicht“

2 Verhaltensweisen zum Schutz vor hitzebedingter Gesundheitsfolgen

Bei hohen Temperaturen gibt es verschiedene Verhaltensweisen, um sich vor gesundheitlichen Folgen der Hitze zu schützen. Im Rahmen der Untersuchung wurden die Befragten gebeten, ihren eigenen Kenntnisstand in dieser Hinsicht einzuschätzen.

Wie auch bei den Erhebungen in den letzten Jahren weiß die große Mehrheit der Befragten (94 %) eigenen Angaben zufolge, wie sie sich bei Hitze verhalten sollten, um sich vor den gesundheitlichen Folgen zu schützen.

5 Prozent sind sich unsicher, wie sie sich verhalten sollten, um sich vor den gesundheitlichen Folgen zu schützen.

Nur wenige (1 %) geben an, nicht zu wissen, wie sie sich zum Schutz der eigenen Gesundheit bei Hitze verhalten sollten.

Einschätzung des eigenen Kenntnisstands zu Verhaltensweisen bei Hitze

In Bezug zu Verhaltensweisen bei hohen Temperaturen trifft am ehesten zu

		es wissen, wie sie sich bei Hitze verhalten sollten, um sich vor den gesundheitlichen Folgen zu schützen	es sind unsicher, wie sie sich bei Hitze verhalten sollten, um sich vor den gesundheitlichen Folgen zu schützen	es wissen nicht, wie sie sich bei Hitze verhalten sollten, um sich vor den gesundheitlichen Folgen zu schützen
		%	%	%
insgesamt	2022	90	10	0
	2023	88	10	2
	2024	91	8	1
	2025	90	9	1
	2026	94	5	1
Männer		93	5	2
Frauen		95	4	1
18- bis 29-Jährige		89	7	4
30- bis 44-Jährige		93	7	0
45- bis 59-Jährige		94	4	2
60 Jahre und älter		96	3	1
Ortsgröße (Einwohner):	unter 5.000	94	4	2
	5.000 bis unter 20.000	93	5	2
	20.000 bis unter 100.000	94	5	1
	100.000 bis unter 500.000	93	5	2
	500.000 und mehr	95	4	1

3 Sorge im Hinblick auf Hitzewellen und Extremwetter

Es wird davon ausgegangen, dass Hitzewellen und Extremwetter zukünftig weiter zunehmen werden.

Vor diesem Hintergrund bereiten Hitzewellen und Extremwetter knapp zwei Dritteln der Befragten große (40 %) bzw. sehr große Sorgen (22 %) – ähnlich wie in den Vorjahren.

Persönlich nicht so große Sorgen in Bezug auf Hitzewellen und Extremwetter haben 29 Prozent der befragten Bürgerinnen und Bürger, während 9 Prozent angeben, sich überhaupt keine Sorgen diesbezüglich zu machen.

Frauen bereiten Hitzewellen und Extremwetter häufiger als Männern (sehr) große Sorgen.

Der Gedanke an künftige Hitzewellen und Extremwetter bereitet überdurchschnittlich häufig 18- bis 29-Jährigen und Befragten aus Großstädten mit mindestens 500.000 Einwohnern sehr große Sorgen.

Sorge in Bezug zu Hitzewellen und Extremwetter

Hitzewellen und Extremwetter bereiten

		sehr große Sorgen %	große Sorgen %	nicht so große Sorgen %	überhaupt keine Sorgen %
insgesamt	2022	20	50	25	4
	2023	20	45	30	5
	2024	14	47	31	7
	2025	21	43	29	6
	2026	22	40	29	9
Männer		15	39	34	12
Frauen		29	41	25	5
18- bis 29-Jährige		37	45	14	4
30- bis 44-Jährige		23	44	26	7
45- bis 59-Jährige		17	35	37	11
60 Jahre und älter		17	41	32	10
Ortsgröße (Einwohner):	unter 5.000	17	39	33	11
	5.000 bis unter 20.000	18	42	32	8
	20.000 bis unter 100.000	21	40	31	8
	100.000 bis unter 500.000	23	40	28	9
	500.000 und mehr	29	40	23	8

an 100 Prozent fehlende Angaben = „weiß nicht“

4 Hitze und Extremwetter im gesellschaftlichen Kontext

4.1 Meinungen zu Maßnahmen, um auf Hitze zu reagieren

Die Hitze wirkt sich vielseitig auf gesellschaftliche und wirtschaftliche Bereiche aus. Im Zuge dessen wurden die Befragten nach ihrer Meinung im Hinblick auf unternommene Maßnahmen gefragt, um auf die Hitze zu reagieren und negative Auswirkungen zu minimieren.

Knapp drei Viertel (72 %) der Bundesbürgerinnen und Bundesbürger sind der Meinung, dass die unternommenen Maßnahmen bislang nicht ausreichen und dass mehr getan werden sollte.

21 Prozent der Befragten meinen, die unternommenen Maßnahmen seien ausreichend, um auf die Hitze zu reagieren und negative Auswirkungen zu minimieren.

Frauen sind noch etwas häufiger als Männer der Meinung, dass mehr Maßnahmen ergriffen werden sollten, um auf die Hitze zu reagieren. 18- bis 29-Jährige bzw. Befragte aus großen Städten mit mindestens 100.000 Einwohnern finden überdurchschnittlich häufig, dass diesbezüglich mehr getan werden sollte.

Meinungen zu Maßnahmen, um auf die Hitze zu reagieren

Um auf die Hitze zu reagieren und negative Auswirkungen zu minimieren, werden ausreichend Maßnahmen unternommen

		ja	nein, da sollte mehr getan werden
		%	%
insgesamt	2022	23	68
	2023	21	72
	2024	26	67
	2025	24	71
	2026	21	72
Männer		27	68
Frauen		16	77
18- bis 29-Jährige		12	82
30- bis 44-Jährige		19	76
45- bis 59-Jährige		27	67
60 Jahre und älter		23	70
Ortsgröße (Einwohner):	unter 5.000	25	66
	5.000 bis unter 20.000	24	68
	20.000 bis unter 100.000	25	70
	100.000 bis unter 500.000	16	79
	500.000 und mehr	15	80

an 100 Prozent fehlende Angaben = „weiß nicht“

4.2 Einschätzung der von Hitzewellen betroffenen gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Bereiche

Auf manche gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Bereiche wirkt sich extreme Hitze stärker aus als auf andere. Die Befragten wurden um ihre Einschätzung gebeten, welche gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Bereiche sie für besonders stark von Hitzewellen betroffen halten.

Die große Mehrheit der Befragten (89 %) ist der Ansicht, dass wirtschaftliche Bereiche mit schwerer körperlicher Arbeit, wie beispielsweise das Handwerk, der Bau und die Produktion besonders stark von Hitzewellen betroffen sind. Fast ebenso viele (86 %) halten darüber hinaus den Pflegebereich in Alten- und Pflegeheimen für besonders stark von Hitzewellen betroffen.

66 Prozent der Befragten sind der Meinung, dass sich Hitzewellen auf die medizinische Versorgung in Krankenhäusern besonders stark auswirken.

Der Bildungs- und Betreuungsbereich von Kindern und Jugendlichen in Schulen und Kindergärten stellt für 58 Prozent der Befragten einen besonders stark von Hitzewellen betroffenen gesellschaftlichen Bereich dar.

Vergleichsweise selten geben die Befragten an, dass wirtschaftliche Bereiche, in denen vor allem im Büro gearbeitet wird, besonders stark von Hitzewellen betroffen sind (12 %).

Einschätzung der von Hitzewellen betroffenen gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Bereiche I

Es halten folgende gesellschaftliche und wirtschaftliche Bereiche für besonders stark von Hitzewellen betroffen:	Insgesamt				
	2022	2023	2024	2025	2026
	%	%	%	%	%
wirtschaftliche Bereiche mit schwerer körperlicher Arbeit, wie beispielsweise Handwerk, Bau und Produktion	91	89	89	91	89
der Pflegebereich in Alten- und Pflegeheimen	75	77	80	80	86
die medizinische Versorgung in Krankenhäusern	52	57	58	57	66
der Bildungs- und Betreuungsbereich von Kindern und Jugendlichen in Schulen und Kindergärten	44	42	41	49	58
wirtschaftliche Bereiche, in denen vor allem im Büro gearbeitet wird	10	10	10	11	12
nichts davon	2	3	3	1	1

Prozentsumme größer 100, da Mehrfachnennungen möglich

Den Bildungs- und Betreuungsbereich von Kindern und Jugendlichen in Schulen und Kindergärten halten die 18- bis 45-Jährigen etwas häufiger als die älteren Befragten für einen Bereich, der besonders stark von Hitzewellen betroffen ist.

Einschätzung der von Hitzewellen betroffenen gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Bereiche II

Es halten folgende gesellschaftliche und wirtschaftliche Bereiche für besonders stark von Hitzewellen betroffen:	ins-gesamt	Männer	Frauen	18- bis 29-Jährige	30- bis 44-Jährige	45- bis 59-Jährige	60 Jahre und älter
	%	%	%	%	%	%	%
wirtschaftliche Bereiche mit schwerer körperlicher Arbeit, wie beispielsweise Handwerk, Bau und Produktion	89	86	91	93	86	86	91
der Pflegebereich in Alten- und Pflegeheimen	86	83	88	90	89	83	84
die medizinische Versorgung in Krankenhäusern	66	61	71	76	70	62	62
der Bildungs- und Betreuungsbereich von Kindern und Jugendlichen in Schulen und Kindergärten	58	53	62	73	67	53	48
wirtschaftliche Bereiche, in denen vor allem im Büro gearbeitet wird	12	10	13	16	12	10	11
nichts davon	1	1	1	0	0	3	1

Prozentsumme größer 100, da Mehrfachnennungen möglich

Darüber hinaus sind Befragte mit Kind(ern) im Haushalt etwas häufiger als diejenigen ohne Kind(er) der Ansicht, dass der Bildungs- und Betreuungsbereich in Schulen und Kindergärten zu den gesellschaftlichen Bereichen gehört, die besonders stark von Hitzewellen betroffen sind.

Einschätzung der von Hitzewellen betroffenen gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Bereiche III

Es halten folgende gesellschaftliche und wirtschaftliche Bereiche für besonders stark von Hitzewellen betroffen:	ins-gesamt	Kind(er) im Haushalt:		Ortsgröße (Einwohner):				
		ja	nein	unter 5.000	5.000 bis unter 20.000	20.000 bis unter 100.000	100.000 bis unter 500.000	500.000 und mehr
	%	%	%	%	%	%	%	%
wirtschaftliche Bereiche mit schwerer körperlicher Arbeit, wie beispielsweise Handwerk, Bau und Produktion	89	87	89	87	88	87	92	91
den Pflegebereich in Alten- und Pflegeheimen	86	83	87	79	86	87	90	85
die medizinische Versorgung in Krankenhäusern	66	62	67	62	65	67	68	66
den Bildungs- und Betreuungsbereich von Kindern und Jugendlichen in Schulen und Kindergärten	58	71	54	54	55	61	54	63
wirtschaftliche Bereiche, in denen vor allem im Büro gearbeitet wird	12	10	12	13	11	13	9	12
nichts davon	1	1	1	2	0	2	1	1

Prozentsumme größer 100, da Mehrfachnennungen möglich