

Biowetter und Pollenflug in Kassel: Gesundheitstipps für Allergiker!

Erfahren Sie, wie das Wetter in Kassel heute Ihre Gesundheit beeinflusst. Allergiker und Wetterfühlige finden hier wichtige Infos.

Kassel, Deutschland - Kassel hat heute, am 22. Oktober 2024, einen durchwachsenen Wassertag erlebt, der von kühlen Temperaturen und Niederschlägen geprägt ist. Der Tag begann mit milden 15 Grad, doch die Temperaturen werden im Laufe des Tages auf maximal 13 Grad sinken. Ein leichter Regen ist mit einer Wahrscheinlichkeit von 99 % zu erwarten, und auch der Wind wird sich mit bis zu 17 km/h bemerkbar machen. Bei diesem Wetter wird empfohlen, auf die eigene Gesundheit zu achten, insbesondere für Menschen, die wetterfühlig sind.

Für morgen, den 23. Oktober 2024, wird ein deutlicher Wetterwechsel prognostiziert. Die Temperaturen beginnen bei 7 Grad und erreichen am Tag bis zu 15 Grad. Dabei bleibt es trocken, und der Wind ist mit maximal 7 km/h kaum spürbar. Der UV-Index bleibt ebenfalls niedrig mit einem Wert von 1,66, was bedeutet, dass Sonnencreme heute nicht notwendig ist. Die Sonnenauf- und -untergänge erfolgen beide zur selben Uhrzeit wie heute: um 07:10 bzw. um 18:10 Uhr.

Biowetter und Gesundheit

Die aktuellen Biowetterbedingungen in Kassel zeigen, dass das allgemeine Wohlbefinden heute eher beeinträchtigt ist. Am Vormittag wird ein leichter negativer Einfluss auf die Gesundheit festgestellt, der sich im Laufe des Nachmittags etwas bessert.

So sind für die allgemeine Befindlichkeit, Herz-Kreislaufbeschwerden sowie für rheumatische Beschwerden moderate Risiken einzukalkulieren. Für Asthma-Patienten hingegen könnte der Nachmittag eine Erleichterung bringen.

	Heute Vormittag	Heute Nachmittag
Allgemeines Befinden	□□	□□
Herz-Kreislaufbeschwerden (hypoton)	□□	□□
Kreislaufbeschwerden (Mattigkeit, Schwindel)	□□	□□
Kopfschmerzanfälligkeit	□□	□□
Herz-Kreislaufbeschwerden (hyperton)	□□	□□
Herz-Kreislaufbeschwerden	□□	□□
Angina pectoris	□□	□□
Entzündliches Rheuma	□□	□□
Degeneratives Rheuma	□□	□□
Asthma	□□	□□
psychisch-geistige Leistungsfähigkeit	□□	□□
Schmerzempfindlichkeit	□□	□□
Kopfschmerzen und Migräne	□□	□□
Schlafqualität	□□	□□
Konzentrations- und Leistungsfähigkeit	□□	□□
Reizbarkeit und motorische Unruhe	□□	□□
Bereitschaft zu Depressionen	□□	□□

☐☐ = positiver Einfluss, ☐☐ = kein Einfluss, ☐☐ = geringe Gefährdung,
☐☐ = hohe Gefährdung

Um den negativen Einflüssen des Wetters entgegenzuwirken, werden Aktivitäten im Freien empfohlen. Bewegung kann helfen, das Immunsystem zu stärken und das allgemeine Befinden zu steigern. Neben diesen körperlichen Aktivitäten sollten Betroffene auch auf ihre psychische Gesundheit achten, da das Wetter auch das geistige Wohl beeinträchtigen kann.

Pollenflug in Kassel

Aktuell ist die Pollenbelastung in Kassel äußerst niedrig. Die folgenden Pflanzenarten zeigen keine Belastungen:

	Heute
Erle	○
Birke	○
Roggen	○
Beifuss	○
Gräser	○
Hasel	○
Esche	○
Ambrosia	○

○ = keine Belastung, ☐☐ = keine bis geringe Belastung, ☐☐ = geringe Belastung, ☐☐ = geringe bis mittlere Belastung, ☐☐ = mittlere Belastung, ☐☐ = mittlere bis hohe Belastung, ● = hohe Belastung

Diese Informationen zu Wetter und Gesundheit stammen aus aktuellen Daten von OpenWeather und dem Deutschen Wetterdienst, die regelmäßig aktualisiert werden. Für detailliertere Berichte und weitere Informationen rund um das Thema Wetter und Gesundheit, besuchen Sie die Webseite von News.de. Dort finden Sie kontinuierlich neue Artikel über Gesundheitstipps und Wetterphänomene in Deutschland. Für weitere aktuelle Neuigkeiten folgen Sie www.news.de auf Social

Media.

Details	
Ort	Kassel, Deutschland
Quellen	• www.news.de

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at