

## **Schnee und Regen in Mülheim: So beeinflusst das Wetter Ihre Gesundheit!**

Erfahren Sie die aktuelle Biowetter- und Pollenflugvorhersage für Mülheim an der Ruhr und deren Einfluss auf Ihr Wohlbefinden.

**Mülheim an der Ruhr, Deutschland** - In Mülheim an der Ruhr wird es heute ungemütlich! Mit Temperaturen, die am Morgen bei 8 Grad starten und tagsüber auf 11 Grad steigen, ist der Wetterbericht alles andere als erfreulich. Regen und Schnee sind angesagt, und die Niederschlagswahrscheinlichkeit liegt bei satten 100%! Frischer Wind mit Geschwindigkeiten bis zu 32 km/h sorgt zusätzlich für ein frostiges Gefühl. Der UV-Index bleibt mit 0,31 im niedrigen Bereich, sodass Sonnenanbeter heute besser im Warmen bleiben.

Morgen wird es nicht besser: Die Temperaturen sinken auf 4 Grad und bleiben den ganzen Tag über auf diesem Niveau. Auch hier ist wieder mit Regen und Schnee zu rechnen, und der Wind weht frisch mit bis zu 31 km/h. Der UV-Index steigt leicht auf 0,43 – dennoch bleibt es ein Tag für drinnen! Sonnenaufgang und -untergang sind gleich: 07:11 Uhr und 16:11 Uhr.

### **Biowetter und Gesundheit**

Die Gesundheitslage in Mülheim an der Ruhr ist heute angespannt. Während der Vormittag noch als „geringe Gefährdung“ gilt, wird die Situation am Nachmittag kritisch: Hohe Gefährdung für Herz-Kreislauf-Beschwerden, Kopfschmerzen und Migräne. Die Kälte und der Wind machen vielen Menschen zu schaffen, insbesondere jenen mit Asthma

oder Kreislaufproblemen. Empfehlungen beinhalten kreislaufanregende Maßnahmen für alle, die unter niedrigem Blutdruck leiden.

Die Pollenbelastung? Heute gibt es eine Erleichterung für Allergiker: Alle relevanten Pollenarten wie Erle, Birke und Roggen sind auf einem Nullniveau. Das bedeutet: Keine Belastung! Ein kleiner Lichtblick in einem ansonsten trüben Wetterbericht. Bleiben Sie warm und gesund, Mülheim!

Details	
<b>Ort</b>	Mülheim an der Ruhr, Deutschland
<b>Quellen</b>	• <a href="http://www.news.de">www.news.de</a>

**Besuchen Sie uns auf: [die-nachrichten.at](http://die-nachrichten.at)**