



Foto Getty

### VLUCHTEN IN HET AFKOELCENTRUM

**N**og nooit was het, sinds er temperaturen worden gemeten, zo heet in de Amerikaanse staat Oregon als in de zomer van 2021. Het kwik liep er op tot een angstwekkende 46 graden, waar 23 graden normaal zou zijn. Klimaatverandering, kan niet missen.

In Portland namen de bewoners hun toevlucht tot een *cooling center*. Het menselijk lichaam heeft zo zijn methoden om overtollige warmte kwijt te raken: bloedvaten open zetten (we lopen rood aan), zweten. Als dat niet helpt, kan alleen een koele plek redding bieden.

De man in de geruite korte

broek doet er alles aan om af te koelen: kleren uit, flesjes water bij de hand. En een kopje koffie. Was dat niet vochtafdrijvend? Jawel, maar geen paniek: ook als je koffie drinkt, krijg je netto vocht binnen.

Sterven we straks bij bosjes, als het zo doorgaat met klimaatverandering? Dat valt nog te bezien. De mens is in staat tot acclimatisatie: wennen aan de warmte. Het is de reden dat de Nederlandse sporters in warmte-training gingen, voordat ze deze zomer afreisden naar de Olympische Spelen in Tokio. En met succes, gezien de 36 medailles die ze wonnen.

**Maartje Bakker**



Uitleg: **Hein Daanen**,  
hoogleraar  
thermofysiologie  
VU  
Amsterdam