

Otmar Harlfinger



Bioklimatischer
Ratgeber
für Urlaub
und Erholung

Gustav Fischer Verlag

Bioklimatischer Ratgeber für Urlaub und Erholung

Otmar Harlfinger

unter Mitarbeit von H. Pilger

31 Abbildungen und 20 Tabellen



Gustav Fischer Verlag · Stuttgart · New York · 1985

Inhalt

Einführung	1
Die Atmosphäre	3
Das Strahlungsfeld der Erde	8
Bioklimatischer Streifzug durch die verschiedenen Klimazonen der Erde	12
Die medizinmeteorologischen Grundlagen des Erholungsurlaubs	16
Das Klima als Heilmittel	20
Das Meeresküstenklima und seine klimaphysiologische Wirkung	26
Das Mittelgebirgsklima und seine klimaphysiologische Wirkung	37
Das Hochgebirgsklima und seine klimaphysiologische Wirkung	43
Höhenakklimatisation und Höhenkrankheit	49
Richtiges Verhalten bei Gewitter	55
Lawinen – Gefahr in den Bergen	60
Der Föhn und seine Wirkung auf den Menschen	65
Die besonderen Klimabedingungen im Auto und beim Camping	72
Klimatische und bioklimatische Beschreibung ausgewählter Länder mit Reiseempfehlungen	77
Frankreich	78
Benelux	79
Bundesrepublik Deutschland	80
Die Alpen	83
Das Klima des Mittelmeerraumes	87
Iberische Halbinsel: Spanien und Portugal	89
Balearen	93
Italien	94
Malta	96
Korsika und Sardinien	98
Jugoslawien	99
Rumänien und Bulgarien	101
Griechenland	102
Türkei	104
Zypern	106
Israel	107
Ägypten	109
Tunesien	111

Algerien	112
Marokko	114
Kanarische Inseln	116
USA	118
Hawaii	126
Westindische Inseln	127
Kenia	128
Südafrika	130
Sri Lanka	133
Malediven	134
Seychellen	135
Mexiko	136
Die Heilklimatischen Kurorte Österreichs und der Bundesrepublik	
Deutschland sowie die Klimakurorte der Schweiz	138
Anhang: Klimatabellen	146
Literatur	184
Sachregister	194