

Wetterwarnung für Regensburg: Hohe UV-Strahlung und Pollenflug!

Erfahren Sie das aktuelle Wetter in Regensburg am 11. Juni 2025, inklusive Biowetter, Pollenflug und UV-Index.



Regensburg, Deutschland - Was tut sich im schönen Regensburg? Heute, am 11. Juni 2025, dürfen sich die Regensburger auf ein wechselhaftes, aber überwiegend freundliches Wetter freuen. Die Morgenstemperatur beginnt bei milden 15 °C und erreicht am Nachmittag komfortable 22 °C. Es bleibt weitgehend bewölkt und trocken, mit einem leichten Wind von maximal 11 km/h. Für den Abend sind 13 °C angesagt, während der Sonnenuntergang um 21:06 Uhr für romantische Abendstunden sorgt. So berichtet [news.de](#).

Doch wie sieht es mit der UV-Strahlung aus? Hier ist besondere Vorsicht geboten. Der UV-Index für Regensburg zeigt einen hohen Wert von 7,74 an. Das bedeutet, dass wir uns gut

schützen sollten: Sonnencreme, Hut und Sonnenbrille sind ein absolutes Muss! [Wetter.com](#) gibt an, dass ab einem UV-Index von 6 Sonnenschutzmaßnahmen empfohlen werden, da die Sonne in diesen Intensitäten gesundheitliche Risiken für die Haut birgt.

Biowetter und gesundheitliche Aspekte

Wie ist das Biowetter für die Regensburger? Im Hinblick auf das allgemeine Befinden ist die Lage durchwachsen. Es werden niedrige bis moderate Schwierigkeiten im Herz-Kreislauf-Bereich erwartet. Insbesondere können Menschen mit hypotonen Kreislaufbeschwerden leichte Probleme haben, während sich hypertonen Patienten positiv fühlen können. Die Kopf- und Schlafbeschwerden könnten ebenfalls zunehmen, wie [news.de](#) berichtet.

Für Allergiker könnte der heutige Pollenflug einige Unannehmlichkeiten bringen. Es sind zwar keine Belastungen von Erle, Birke oder Hasel zu erwarten, doch die Gräser und Roggen sorgen für eine geringe bis mittlere Belastung. Wer unter Allergien leidet, sollte sich also gut wappnen.

Sonnenschutz und gesundheitliche Tipps

Sonnenschutz ist heute besonders wichtig, denn UV-Strahlung gilt als Hauptursache für Hautkrebs. Jährlich erkranken über 300.000 Menschen in Deutschland neu an dieser tödlichen Krankheit. Das [Umweltbundesamt](#) stellt klar, dass sich die Inzidenz von Hautkrebs seit den 1970er Jahren vervierfacht hat, besonders bei hellen Hauttypen. Diese sollten einen Lichtschutzfaktor (LSF) von 30 oder 50+ verwenden.

Gerade Männer und Frauen mit heller Haut müssen besonders aufpassen. Der UV-Index zeigt, dass bereits ab Werten von 3 Sonnenschutz empfohlen wird. Praktische Tipps beinhalten das Tragen von Schutzkleidung und das Vermeiden der Mittagssonne (10-16 Uhr), um keinen Sonnenbrand zu riskieren

und das Hautkrebsrisiko zu vermindern.

Ob bei einem Spaziergang im Park oder beim Genießen der Sonne – die schönsten Tage des Jahres sollten so unbeschwert wie möglich sein. Achten Sie auf sich und Ihre Gesundheit!

Details	
Ort	Regensburg, Deutschland
Quellen	• www.news.de • www.wetter.com • www.umweltbundesamt.de

Besuchen Sie uns auf: nag-bayern.de