Die Temperaturen flirten mit der 30°C-Marke – mit allen Unannehmlichkeiten und Fragen, die das für die Kleidung mit sich bringt.

Wir wissen bereits, dass bestimmte Materialien wie Hanf und Leinen bei Hitze sehr gut geeignet sind, aber wir wissen weniger, welche Farbtöne wir wählen sollten, um einen heissen Tag besser zu verbringen. Weiß, Gelb und Rot sind die Farben, die wir bei hohen Temperaturen bevorzugen sollten – das sagt die Wissenschaft!

Ein Team japanischer Wissenschaftler unter der Leitung des Forschers Toshiaki Ichinose vom National Institute for Environmental Studies untersuchte, wie wichtig die Wahl der Farbe eines Kleidungsstücks ist, wenn die Temperaturen stark ansteigen. Sie führten ein Experiment durch, um herauszufinden, welche Farben den Körper in der Sommersonne kühler halten, und diese Forschungsergebnisse könnten einige traditionelle Überzeugungen in Frage stellen.

Für die Studie setzte Toshiaki Ichinose neun Oberkörper von Kleiderpuppen mit Polohemden in verschiedenen Farben in die Sonne, von Rot über Gelb, Blau, Schwarz, Weiß und Dunkelgrün bis hin zu Hellgrün. Ein wichtiges Detail: Die Außentemperatur betrug bei dem Experiment etwa 30°C. Nach nur fünf Minuten im Freien untersuchten die Wissenschaftler die Oberflächentemperatur der Stoffe und stellte einen Unterschied von bis zu 20°C zwischen dem kühlsten und dem wärmsten Poloshirt fest, was zeigt, wie wichtig es ist, bei Hitze die richtige Garderobe zu wählen.

Weiß, gelb und… rot
Man sagt, dass Weiß die beste Farbe für sommerliche Temperaturen ist, da sie den Körper kühl hält, während Schwarz die Wärme eher absorbiert. Die Studie bestätigt dies tatsächlich und gibt an, dass die Oberflächentemperatur des weißen Poloshirts etwa 30 Grad Celsius betrug – eine Temperatur, die der Lufttemperatur während der Studie entsprach. Im Gegensatz dazu betrug die Oberflächentemperatur des schwarzen Poloshirts mehr als 50 Grad Celsius, was einem Unterschied von 20 Grad zum weißen Modell entspricht. Nichts Neues also, könnte man sagen. Aber die Überraschung kam von den Farben dazwischen.

Nach Weiß sind die Farben, die den Körper am Besten kühl halten, Gelb, Grau und – Überraschung – Rot, das in der kollektiven Vorstellung doch eher als warme Farbe gilt. Violett liegt im Mittelfeld und kann daher auch in heißen Sommern getragen werden, wenn es sich um Ihre Lieblingsfarbe handelt. Vermeiden Sie hingegen Blau – auch das eine Überraschung, da es als kalte Farbe gilt -, Hellgrün, Dunkelgrün und natürlich auch Schwarz.

Welche Materialien sollten wir bevorzugen?

Jetzt kennen wir die Farben, damit unsere Garderobe in dieser heißen Jahreszeit nicht zu einer zusätzlichen Belastung wird. Wer noch einen Schritt weiter gehen will, kann auch auf spezielle Materialien setzen, die ebenfalls dazu beitragen können, den Körper kühl zu halten, wenn das Thermometer in die Höhe schnellt. Baumwolle lässt die Haut atmen, aber Leinen, eine Pflanzenfaser mit geringer Umweltbelastung, ist sogar für seine temperaturregulierenden Eigenschaften bekannt – es reguliert also die Temperatur und lässt die Haut den ganzen Sommer über kühl bleiben.