



Sommarvärme och sol är härliga – men i bilen kan det snabbt bli farligt hett.

2025-06-19 10:22 CEST

Varning för värmen – så påverkar solen dig i bilen

Sommarvärme och sol är härlig – men i bilen kan det snabbt bli farligt hett. Redan efter några minuter kan temperaturen nå farliga nivåer, särskilt för barn, husdjur och äldre. Här får du veta hur snabbt bilen blir varm, hur värmen påverkar kroppen och vad du kan göra för att resa säkert i sommar.

Bilen blir en bastu – snabbare än du tror

När bilen står stilla i solen blir den snabbt varm. Om det är 25 grader ute kan temperaturen i bilen stiga till över 50 grader på en halvtimme. Även om du har fönstret på glänt hjälper det inte tillräckligt – det är som att sitta i en bastu med dålig ventilation.

Visste du? På bara 10 minuter kan temperaturen öka med 10–15 grader inuti bilen.

Så påverkar värmen kroppen – och din körförmåga

Hög värme i bilen påverkar både ditt välmående och din uppmärksamhet bakom ratten. Värmen gör oss trötta, minskar koncentrationen och ökar risken för misstag i trafiken. För barn, äldre och husdjur är riskerna ännu större.

Vanliga symtom på värmestress:

- Huvudvärk
- Yrsel och illamående
- Ökad puls och andning
- Förvirring eller trötthet
- I värsta fall: värmeslag

Lämna aldrig barn eller djur ensamma i bilen – inte ens för ett snabbt ärende

Redan efter några minuter kan temperaturen i en parkerad bil stiga till livsfarliga nivåer. Hundar riskerar allvarliga skador, och för barn är värmen ännu farligare.

Har du en elbil med funktion för att hålla kupén sval även när bilen står still? Använd den – och sätt gärna upp en lapp i rutan som förklarar att klimatanläggningen är igång. Det kan lugna förbipasserande och förebygga oro.

Så håller du bilen sval och säker i sommar

Här är några konkreta tips för att förebygga överhettning i bilen:

- Parkera i skugga – men tänk på att solen flyttar sig snabbt.
- Använd solskydd i fram- och sidorutor för att blockera värmestrålning.
- Vädra bilen ordentligt innan du kör iväg.
- Starta AC:n några minuter innan avfärd om det är möjligt.
- Ha vatten i bilen – både för dig själv och för passagerare.
- Täck ratt, växelspak och säkerhetsbälten – de kan bli brännheta.
- Har du elbil? Använd möjligheten att kyla ner bilen innan avfärd.

Reser du med husdjur? Det här måste du tänka på

Hundar och andra djur reglerar inte kroppstemperaturen på samma sätt som vi. En varm bil kan snabbt bli farlig för dem – även under färd.

Tänk på att:

- Ha AC eller fläkt även i baksätet eller bagageutrymmet.
- Montera toning på rutorna för att minska ljusinläpp.
- Ge vatten ofta.
- Ta pauser i skugga för rastning.
- Använd kylmattor eller våta handdukar vid behov.

Sammanfattning: Sval bil = säker resa

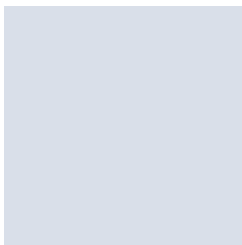
Det är lätt att underskatta hur snabbt bilen blir varm – och hur mycket det påverkar både förare och passagerare. Genom att planera, vädra och ha rätt utrustning i bilen kan du njuta av sommaren på ett säkert sätt.

Boka gärna en kontrollbesiktning eller trafiksäkerhetskontroll innan du åker – så slipper du oönskade överraskningar i värmen. Du bokar enkelt här på besikta.se.

Besikta är en av de större bilprovningsaktörerna i Sverige och driver idag 200 besiktningsanläggningar på fler än 160 orter runt om i Sverige. Företagets ca 600 anställda besiktar de flesta typer av fordon, allt ifrån personbil, motorcykel och husvagn till tunga lastbilar, bussar och släp. Besikta är ackrediterat av Swedac för genomförande av den lagstadgade kontrollbesiktningen och registreringsbesiktningen, både för lätta och tunga fordon. Företaget erbjuder även extra säkerhetskontroller genom olika tilläggspaket med utökade kontroller av bl.a. krockskydd, elektronik och däck för ökad säkerhet, hållbarhet och totalkostnad över tid.

Gå in på besikta.se för mer information.

Kontaktpersoner



Magnus Moberg

Presskontakt

Teknisk direktör

magnus.moberg@besikta.se

010-809 00 40



Daniel Hjortström

Presskontakt

VD

daniel.hjortstrom@besikta.se



Karin Holm

Presskontakt

Marknadschef

Karin.holm@besikta.se

010-809 00 60