

Erste Hilfe bei akuten Hitzeerkrankungen

ERSTE HILFE BEI EINEM HITZSCHLAG



MÖGLICHE SYMPTOME:

- Schwindel, Ohnmacht
- Kopfschmerzen, Verwirrtheit
- Hohe Körpertemperatur
- Kein Schwitzen
- Gerötete, trockene Haut
- Schnelle, flache Atmung
- Schneller, starker Puls
- Übelkeit, Erbrechen
- Schwäche oder Krämpfe
- Krämpfe, Bewusstlosigkeit



DIE PERSON AN EINEN KÜHLEN SCHATTIGEN PLATZ BRINGEN



DEN NOTARZT VERSTÄNDIGEN



DEN GESAMTEN KÖRPER DER PERSON KÜHLEN

Person mit kaltem Wasser abkühlen



Die Temperatur mit einem Ventilator senken



Kalte Handtücher oder Ice Packs auf Nacken, Achseln und Leistenbereich platzieren

Überschüssige Kleidung entfernen



Wasser zum Trinken anbieten, wenn die Person bei vollem Bewusstsein ist

Person hinlegen, Füße hochlagern



Quelle: <https://www.draco.de/sommerhitze-was-tun-gegen-austrocknung-und-hitzschlag/>



Erste Hilfe – Akute Hitzeerkrankungen

Sonnenstich

Reizung der Hirnhäute durch Sonnenstrahlung auf den ungeschützten Kopf

Symptome

Kopfschmerzen, Übelkeit, Erbrechen, Nackensteifigkeit

Hitzeerschöpfung

Überwärmung des gesamten Körpers führt zu Flüssigkeitsverlust durch Schwitzen und zu einem Schockzustand

Symptome

Kopfschmerzen, Übelkeit, Schüttelfrost, starkes Schwitzen, Hautblässe, schneller Puls, Blutdruckabfall (Schockzeichen)

Hitzschlag (sehr gefährlich)

Extreme Überwärmung des Körpers durch Hitze mit Körpertemperaturen $> 40^{\circ}\text{C}$

Symptome

Heiße, trockene, rote Haut, taumelnder Gang, Verwirrtheit, Bewusstlosigkeit

In allen Fällen gilt

- Betroffene in den Schatten bringen
- Bei Bewusstlosigkeit stabile Seitenlage
- Bei Atemstillstand Wiederbelebensmaßnahmen durchführen bis Rettungsdienst eintrifft

Notruf bundesweit  **112**

Allgemeine Hinweise für Ersthelfer

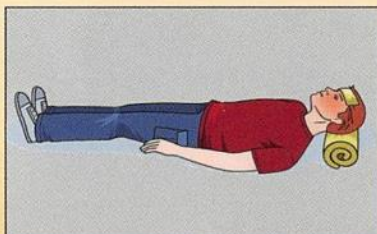
Der Helfer vor Ort beginnt **sofort** mit der Reanimation bis der Rettungsdienst übernimmt.



Erste Hilfe – Sofortmaßnahmen

Sonnenstich

- Betroffenen mit leicht erhöhtem Kopf lagern
- Kopf mit feuchten Tüchern kühlen
- Rettungsdienst alarmieren



Hitzeerschöpfung

- Betroffenen mit leicht erhöhtem Kopf und erhöhten Beinen lagern
- Rettungsdienst alarmieren



Hitzschlag

- Rettungsdienst alarmieren
- Schwere Kleidung ausziehen
- Betroffenen mit (kühlem) Wasser begießen

