Überhitzung (Hyperthermie)

Unterscheidungen

Hitzererschöpfung

- Ursache: mangelnde Flüssigkeitsversorgung, langes Stehen bei warmen Außentemperaturen
- Symptome: Übelkeit, Schwindel, Kopfschmerzen, heiße und trockene Haut, sinkender Blutdruck
  → kurze Bewusstlosigkeit

Hitzschlag

- Ursache: Körpertemperatur über 40°C → Anschwellen des Hirngewebes
- Symptome: Bewusstseinseintrübung, kein Schweiß, darauffolgend häufig Krämpfe
  → **lebensbedrohliche Situation!** Sofort Rettungsdienst alarmieren!

Sonnenstich

- Ursache: lange Sonneneinstrahlung auf ungeschützten Kopf und Nacken
- Symptome: heißer und hochroter Kopf, Kopfschmerzen, steifer Nacken, Schwindel, Übelkeit, Erbrechen
  → Nacken mit nassen Tüchern kühlen, Rettungsdienst alarmieren!

zu treffende Maßnahmen

- Patient in den Schatten bringen
- Enge Kleidung öffnen, aber nicht vollständig entkleiden (Gefahr der Unterkühlung)
- in Schocklage (Beine hoch) bringen wenn nicht bewusstlos
- Mit Flüssigkeit versorgen: Am Besten isotonische Getränke, ansonsten Fruchtschorle oder Wasser, **keinesfalls Alkohol!**
- **Keine** intensive Abkühlung wie z.B. kalt duschen!
- Ggf. ärztlicher Behandlung zuführen
- im Zweifel, bei Bewusstseinseintrübung oder Bewusstlosigkeit sofort Rettungsdienst (nach-) alarmieren!

Bei Bewusstlosigkeit:

- in stabile Seitenlage bringen
- permanent Vitalfunktionen prüfen
- bei Atemstillstand direkt mit Wiederbelebung beginnen

Quellenangabe

- Erste-Hilfe kompakt - Notfallstichwort: Sonnenstich, Sonnenbrand und Co., Empfehlungen des Bundesfeuerwehrarztes, Deutscher Feuerwehrverband