

# Unterkühlung (Hypothermie)

## Maßnahmen

- (Nach-) Alarmierung Rettungsdienst
- den Unterkühlten so wenig wie möglich bewegen
- möglichst nicht entkleiden, Warm halten (z.B. mit Rettungsdecke)
- Permanent Kreislauf und Atmung überwachen
- Gabe von Sauerstoff falls vorhanden

## weitere Hinweise

### Symptome

Erst **Muskelzittern**, danach bei weiter sinkender Körpertemperatur:

- Bewusstseinsstörungen
- langsame, unregelmäßige Atmung
- langsamer Puls
- sinkender Blutdruck
- Bewusstlosigkeit

### Ursachen

- Bewusstlosigkeit
- alkoholisierte Personen
- Erschöpfung
- Unfälle mit hohem Blutverlust (Polytrauma)
- Wasser-, Schnee- und Bergunfälle

## Quellenangabe

- [Erste-Hilfe kompakt - Notfallstichwort Unterkühlung](#), Empfehlungen des Bundesfeuerwehrarztes, Deutscher Feuerwehrverband

[Erste Hilfe](#)