



Bei akuten Hitzeerkrankungen gilt in allen Fällen:

- Betroffene in kühлere Umgebung (z.B. Schatten) bringen
- Bei Bewusstlosigkeit stabile Seitenlage
- Wenn keine normale Atmung vorliegt, **sofort** Wiederbelebungsmaßnahmen durchführen bis Rettungsdienst eintrifft

**Notruf
bundesweit 112**



Sonnenstich

Reizung der Hirnhäute durch Sonnenstrahlung auf ungeschützten Kopf

Besondere Symptome: Hochroter Kopf, Kopfschmerzen, Übelkeit, Erbrechen, Nacken steifigkeit (evtl. zeitlich verzögert)

Hitzeerschöpfung

Überwärmung des gesamten Körpers führt zu Flüssigkeitsverlust durch Schwitzen

Besondere Symptome: Kopfschmerzen, starkes Schwitzen, Hautblässe, schneller Puls, Blutdruck-abfall (Schockzeichen)

Hitzschlag

Extreme Überwärmung des Körpers durch Hitze

Besondere Symptome: Heiße, trockene, rote Haut, taumelnder Gang, Verwirrtheit, Bewusstlosigkeit

Spezielle Maßnahmen: siehe Rückseite!



Erste Hilfe – Sofortmaßnahmen

Sonnenstich

- Betroffene mit leicht erhöhtem Kopf lagern
- Kopf mit feuchten Tüchern kühlen
- Rettungsdienstalarmieren

Hitzeerschöpfung

- Betroffene mit leicht erhöhtem Kopf und erhöhten Beinen lagern
- Rettungsdienstalarmieren
- Bei vorhandenem Bewusstsein für ausreichendes Trinken sorgen

Hitzschlag

- Rettungsdienstalarmieren
- Schwere Kleidung öffnen
- Betroffene mit feuchten Tüchern kühlen

