



Bei akuter Hitzeerkrankung gilt in allen Fällen:

- Betroffene in kühle Umgebung (z. B. Schatten) bringen
- Bei Bewusstlosigkeit stabile Seitenlage anwenden
- Wenn keine Atmung vorliegt, sofort Wiederbelebungsmaßnahmen

Sonnenstich

Reizung der Hirnhäute durch direkte Sonneneinstrahlung auf ungeschütztem Kopf.

Besondere Symptome:

Schwindel, Kopfschmerzen, Übelkeit, Erbrechen, geröteter und heißer Kopf, Fieber, steifer Nacken.

Hitzeerschöpfung

Überwärmung des gesamten Körpers führt zu Flüssigkeits- und Elektrolytverlust durch Schwitzen.

Besondere Symptome:

Kopfschmerzen, Übelkeit, starkes Schwitzen, schneller Puls, Blutdruckabfall, kalte und feuchte Haut, Durstgefühl.

Hitzschlag

Extreme Überwärmung des Körpers durch Hitze (Körpertemperatur von über 40°C).

Besondere Symptome:

Heiße, trockene und rote Haut, Übelkeit, Erbrechen, Schwäche, Kopfschmerzen, Verwirrtheit, Bewusstlosigkeit.



Sofortmaßnahmen finden Sie auf der Rückseite



Erste Hilfe - Sofortmaßnahmen

Sonnenstich

- Betroffene mit leicht erhöhtem Kopf lagern
- Kopf mit lauwarmen feuchten Tüchern kühlen
- Rettungsdienst rufen



Hitzeerschöpfung

- Betroffene mit leicht erhöhtem Kopf und erhöhten Beinen lagern
- Rettungsdienst rufen
- Bei vorhandenem Bewusstsein für ausreichend Flüssigkeitszufuhr sorgen



Hitzschlag

- Rettungsdienst rufen
- Öffnen von schwerer Kleidung des Betroffenen
- Betroffene mit lauwarmen feuchten Tüchern kühlen



Für weitere Informationen und Tipps zum Umgang mit Hitze besuchen Sie bitte die Homepage der Stadt Hagen unter: www.hagen.de/hitze



Quelle: DGUV Erste Hilfe bei Hitzeerkrankungen

Hitze in Hagen - wir bleiben kühl!