



Sonnenstich

Irritation der Hirnhaut und des Hirngewebes durch langwellige Anteile des Sonnenlichtes (Wärmestrahlung) infolge länger andauernder direkter Sonneneinstrahlung auf den meist unbedeckten Kopf und Nackenbereich. Ein Sonnenstich stellt eine lokale Überhitzung des Kopfes (isolierter Hitzschlag des Kopfes) dar und kann isoliert oder in Kombination mit generalisierten Hitzeschäden auftreten. Besonders vulnerabel sind Kinder und Personen mit sehr kurzem oder fehlendem Haupthaar. Vorbeugung ist durch das Tragen heller Kopfbedeckungen möglich.

Symptome

- Rötung des Kopfes/Nackens
- Kopfschmerzen, Nackensteifigkeit
- Lichtscheu (Photophobie)
- Übelkeit/Erbrechen
- Bewusstseinsstörungen
- ggf. Krampfanfälle

Maßnahmen

- in Kühle Umgebung bringen
- Kopf kühlen
- Oberkörper hochlagern
- Flüssigkeitszufuhr (p.o., ggf. i.v.)
- Monitoring

Hitzeerschöpfung

Syndrom nach längerer Hitzeexposition mit vermehrtem Schwitzen und konsekutivem Flüssigkeits- und Elektrolytverlust

Symptome

- Kopfschmerzen
- Übelkeit (Nausea) / Erbrechen (Vomitus)
- Angst / Unwohlsein
- allgemeine Schwäche / Müdigkeit
- Tachykardie / Tachypnoe
- Starkes Schwitzen,
- ggf. orthostatische Hypotension
- erhöhte Körpertemperatur (gewöhnlich $<40^{\circ}\text{C}$)

Maßnahmen

- in Kühle Umgebung bringen mit Luftzug
- Entkleiden und kühlen
- isotonische Flüssigkeitszufuhr (p.o., ggf. i.v.)
- Monitoring
- **Keine** fiebersenkenden Medikamente

Hitzschlag

Lebensbedrohliches Krankheitsbild in Folge einer Dekompensation der Autothermoregulation

Symptome

- Bewusstseinsstörung (Encephalopathie)
- Vermindertes / fehlendes Schwitzen
- Trockene, heiße Haut
- Hypotonie / Tachykardie / Tachypnoe
- Ggf Herzrhythmusstörungen
- **Körperkerntemperatur $>40^{\circ}\text{C}$** (Rektaltemperatur)

Maßnahmen

- in Kühle Umgebung bringen mit Luftzug
- Entkleiden
- Kühlung (cool packs, Befeuchtung der Haut)
- isotonische Flüssigkeitszufuhr (p.o., ggf. i.v.)
- Monitoring, insbesondere Temperaturkontrolle
- **Keine** fiebersenkenden Medikamente

**Ergänzende Lerninhalte finden Sie in der
dezentralen Fortbildung 07/2022**



Weitere hitzebedingte Erkrankungen

Es werden verschiedene hitzebedingte Erkrankungen unterschieden, die für den Rettungsdienst relevant sind. Hierbei ist zu beachten, dass die verschiedenen Erkrankungen kurzfristig ineinander übergehen können oder zusammen auftreten können.

Hitzestress

Hitzebedingte Belastung des Organismus

Symptome

- Normale bis leicht erhöhte Körpertemperatur
- Ödeme an Füßen/Knöcheln
- ggf. Hitzesynkope
- ggf. Hitzekrämpfe

Maßnahmen

- in Kühle Umgebung bringen
- körperliche Schonung
- Flüssigkeitszufuhr / Salzzufuhr (p.o.)

Hitzesynkope (Hitzekollaps)

Synkopen in Folge von Volumenmangel und hitzebedingter Gefäßweitstellung (peripherer Vasodilatation)

Symptome

- Kurzzeitiger Bewusstseinsverlust
- Ggf. Schwindel und Prodromi

Maßnahmen

- in Kühle Umgebung bringen
- flache Lagerung
- Flüssigkeitszufuhr (p.o., ggf. i.v.)
- Monitoring

Hitzekrämpfe

Muskelkrämpfe (oft schmerzhaft) in Folge von Flüssigkeitsmangel und Elektrolytverschiebungen (überwiegend Natriumchlorid-Verlust durch starkes Schwitzen)

Symptome

- Muskelkrämpfe
- Durstgefühl
- Starkes Schwitzen
- HF und RR erhöht

Maßnahmen

- in Kühle Umgebung bringen
- isotonische Flüssigkeitszufuhr (p.o., ggf. i.v.)
- Monitoring

**Ergänzende Lerninhalte finden Sie in der
dezentralen Fortbildung 07/2022**