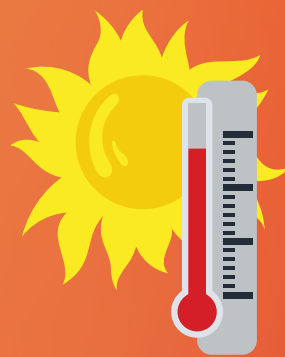


SONNENSTICH ODER HITZSCHLAG?

So erkennen Sie den Unterschied



Sonnenstich

- roter Kopf
- Kopfschmerzen
- Schwindel
- steifer Nacken
- starkes Schwitzen
- Übelkeit und Erbrechen
- schwache, schnelle Atmung
- schwacher, schneller Puls
- Fieber
- Blässe, Schwächegefühl
- Kreislaufschwäche bis zum Kreislaufkollaps

Hitzschlag

- Verwirrtheit
- stechende Kopfschmerzen
- Muskelkrämpfe
- kein Schwitzen mehr
- heiße Haut
- niedriger Blutdruck
- Anstieg der Körpertemperatur über 41°C
- Schwächegefühl
- Bewusstseinsstörungen bis zur Bewusstlosigkeit

Erste-Hilfe-Maßnahmen

- Betroffene Person aus der Hitze bringen
- eventuell zusätzlich mit feuchten Tüchern kühlen
- Ist der Betroffene noch ansprechbar
 - » kühle Getränke wie Mineralwasser/ isotonische Flüssigkeiten anbieten
- Oberkörper erhöht lagern

Alarmieren Sie bei Bedarf einen Arzt.

- Betroffene Person sofort aus der Hitze bringen
- eventuell zusätzlich mit feuchten Tüchern kühlen
- Ist die betroffene Person noch ansprechbar
 - » kühle Getränke anbieten und Beine hochlagern
- Bei Bewusstlosigkeit in stabile Seitenlage bringen

Wählen Sie den Notruf 112.