

Sandweg 11  
97078 Würzburg

info@agbn.de

**Vorsitzender:**

Professor Dr. med. P. Sefrin  
Telefon (0931) 284770  
FAX (0931) 284746

24.07.2013

## **P R E S S E M I T T E I L U N G**

Verantwortlich: Prof. Dr. med. P. Sefrin  
Vorsitzender der agbn

---

### **Gefahren durch Sommerhitze Notärzte warnen**

Deutschland stöhnt unter der Hitze. Nach der langen Regenzeit kommt es nunmehr durch hohe Temperaturen zu akuten Gefährdungen, die bis zu Todesfällen führen können. Schon jetzt vermelden einige Orte Rekordhitzegrade von über 37° Celsius. Schon bei der Hitzewelle im Jahre 2003 gab es in Baden-Württemberg im Juli und August 1.800 Tote mehr als in den sonstigen Jahren. Vor 3 Jahren sind in Frankreich im August in Folge der Hitze 15.000 Menschen gestorben. Bei Weiterbestehen der derzeitigen Hitzewelle ist auch in diesem Jahr mit einem Anstieg an Todesfällen zu rechnen.

Steigen die Außentemperaturen, kommt es zu erheblichen Gefährdungen der Körperfunktionen. Neben der direkten Sonneneinwirkung kann nicht nur die Wärmeregulation des Körpers, sondern auch ein Flüssigkeitsmangel zu ernststen Krankheitsfolgen führen. Um den Gefahren der Hitze zu entkommen, gilt es zunächst einige wenige Verhaltensregeln zu beachten. Selbstverständlich ist für jeden leichte Kleidung mit hellen Farben. Nicht selbstverständlich dagegen ist der

notwendige Flüssigkeitsausgleich mit 2-3 Litern pro Tag mehrfach in kleinen Portionen. Vermieden werden sollte anstrengende körperliche Arbeit in der prallen Sonne. Der Kopf sollte – besonders bei Kindern und Älteren – durch eine Kopfbedeckung geschützt sein. Auch die Nahrungsaufnahme ist der Hitze anzupassen und zur Mittagszeit sind voluminöse fettige Speisen zu meiden.

Besonders gefährdet sind Kinder und ältere Menschen, aber auch Patienten mit chronischen Erkrankungen, da bei ihnen die Mechanismen zur Gegenreaktion des Körpers eingeschränkt sind. Die Folgen können akute Erkrankungen sein, die sich allgemein durch Warnsymptome wie Kreislaufbeschwerden, Erschöpfungs- und Schwindelgefühl bemerkbar machen können. Lebensgefährlich und damit eine Indikation für den Ruf nach Rettungsdienst und Notarzt (über den Notruf 112) können ein Hitzschlag und ein Sonnenstich sein. Bei einem Hitzschlag kommt es im Körper zu einem Wärmestau mit Körpertemperaturen über 40° Celsius mit möglichen Krämpfen und zunehmender Bewusstlosigkeit. Ursachen sind körperliche Überanstrengung bei feuchter Hitze. Erstmaßnahmen sind eine Verlagerung an einen kühlen Ort und Kühlung des Patienten. Der Sonnenstich ist Folge einer direkten Sonneneinstrahlung auf den ungeschützten Kopf mit der Folge einer Reizung der Hirnhäute und Schwellung des Gehirns. Die Kennzeichen sind Kopfschmerzen, Übelkeit, Erbrechen, Nackenschmerzen bis Nackensteifigkeit bis hin zur Bewusstlosigkeit. Als Erste-Hilfe-Maßnahmen kommen eine Lagerung mit leicht erhöhtem Oberkörper und lokaler Kühlung des Kopfes in Frage. Bei Bewusstlosigkeit muss der Betroffene an einem möglichst kühlen Ort in stabile Seitenlage gebracht werden und Puls und Atmung bis zum Eintreffen des Notarztes überprüft werden. Auch bei anderen Hitzeschäden – wie z.B. der Hitzekollaps mit einem nur kurzfristigen Kreislaufversagen – sollte zur weiteren Versorgung der Notarzt gerufen werden.