Landesfeuerwehrverband Hessen, Dienstag, 20. Juni 2017

Der Feuerwehrarzt informiert: Heißer Tipp

Glaubt man den Wetterberichten, stehen uns heiße Tage bevor, es seien sogar Temperaturen deutlich über 30°C denkbar.
Bei solchen Temperaturen kann es gerade bei größerer körperlicher Anstrengung zu lebensbedrohlichen, körperlichen Problemen kommen.

Neben einer Ozonbelastung, einer direkten Sonnenbestrahlung des Kopfes (Sonnenstich), kann es durch starkes Schwitzen zu einem gefährlichen Flüssigkeitsverlust (Hitzeerschöpfung), zu Elektrolytstörungen, zu einem Kreislaufproblem (Hitzekollaps) und einem Versagen der Temperaturregulation (Hitzschlag) mit einer neurologischen Symptomatik (Krampfanfälle, Bewusstseinsveränderungen) kommen.



Die Spannbreite der denkbaren Komplikationen reicht vom Kopfschmerz, Schwindel. Übelkeit, Erbrechen, Veränderungen des Bewusstseins über Krampfanfälle, kollaptische Zustände bis zu einem Kreislaufstillstand.

Diese Problematik wird gerade unter Einsatzbedingungen, auch durch die schwere Einsatzausstattung und Schutzbekleidung, noch verstärkt, v.a. bei Tätigkeiten mit einem PA oder gar in einem CSA.

Führungskräfte sollten daher folgende Punkte beachten:

- Einsatzzeiten sollten grundsätzlich kurz gehalten werden!
- Körperliche Belastungen sollten reduziert werden!
- Aufschiebbare Tätigkeiten sollten auf kühlere Tageszeiten verlegt werden!
- Schaffen von schattigen und kühlen Ruheplätzen und Kräftesammelstellen!
- Großzügige Flüssigkeitszufuhr vor, während und nach dem Einsatz! Die tägliche Trinkmenge sollte bei gesunden Einsatzkräften mindestens 3 Liter betragen!
- Die Trinkmengen sollten in kleinen Portionen, aber dafür kontinuierlich eingenommen werden!
- Nach einem PA- oder CSA-Einsatz sollte die Trinkmenge um weitere 1,5 Liter aufgestockt werden!
- Halten Sie Getränke im Einsatzfahrzeug vor!
- Stellen Sie Obst zum Verzehr bereit!
- Führen Sie ggf. kühlende Maßnahmen durch (Wasserführendes Löschfahrzeug/Sprühstrahl)!
- Geben Sie bezüglich Einsatzschutzbekleidung rechtzeitig „Marscherleichterung“!

- Ein mehrmaliger Einsatz als PA-Träger sollte vermieden werden!
- An Ablösungen frühzeitig denken und nachalarmieren.
- Achten Sie auf einen konsequenten UV-Schutz (Mütze, Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor (>30), Sonnenbrille, …)!
- Informieren Sie Ihre Einsatzkräfte über die zu erwartende Problematik!

Beim Erkennen der o.g. Problematik oder Symptomatik bei einer Einsatzkraft fordern Sie unverzüglich den Rettungsdienst mit Notarzt an, unter der Telefonnummer **112.**

Für weitere Rückfragen stehe ich gerne zur Verfügung.

Dr. med. Stephan Thiel
Landesfeuerwehrarzt Hessen