



Erkennen und Behandeln von Hitzeerkrankungen

Allgemeine Symptome hitzeassoziierter Krankheiten

Kopfschmerzen, Schwächegefühl, Schwindel, Verwirrtheit, Ohnmacht, Bewusstseinsstörungen bis Bewusstlosigkeit, Übelkeit, Erbrechen, Durst, kalter Schweiß, Puls tachykard (beschleunigt) und kaum tastbar, Blutdruckabfall/Schock, schlechte Venenfüllung, schnelle, flache Atmung, Sehstörung und/oder Gesichtsfeldausfälle

	Hitzschlag	Hitzeerschöpfung	Sonnenstich
Symptome	<ul style="list-style-type: none"> • allgemeine Symptome hitzeassoziierter Krankheiten • trockene, heiße Haut • Bewusstsein getrübt • Atemfrequenz erhöht • Schweißproduktion vermindert • Herzrhythmusstörung 	<ul style="list-style-type: none"> • allgemeine Symptome hitzeassoziierter Krankheiten • Angst • verminderte Harnausscheidung • gerötete Haut • Blutdruck niedrig 	<ul style="list-style-type: none"> • roter, heißer Kopf • allgemeine Symptome hitzeassoziierter Krankheiten • Meningismuszeichen (Nackensteifigkeit/-schmerzen, lichtscheu, Kopfschmerzen, Erbrechen, Fieber, Bewusstseinsstörungen) • evt. zerebrale Krampfanfälle
Diagnostik	<ul style="list-style-type: none"> • Anamnese (Hitzeexposition) und Beobachtung • Bewusstseinsstörung • Körperkerntemperatur > 40° C • Blutdruck niedrig • Puls dauerhaft beschleunigt 	<ul style="list-style-type: none"> • Anamnese und Beobachtung • Körperkerntemperatur < 40° C • Blutdruck niedrig • Puls dauerhaft beschleunigt 	<ul style="list-style-type: none"> • s. Symptome
Therapie	<ul style="list-style-type: none"> • kühle Umgebung • entkleiden • kühlende Maßnahmen (Kühl-packungen, kühlende Umschläge etc.) • Flüssigkeitszufuhr • KEINE fiebersenkenden Mittel • akut lebensbedrohlich – Rettungsdienst alarmieren – „30-Minuten-Fenster“ ⇒ Multiorganversagen 	<ul style="list-style-type: none"> • kühle Umgebung • Oberkörper entkleiden • kühlende Maßnahmen (Kühlpackungen, kühlende Umschläge etc.) • Flüssigkeitszufuhr • strenge Beobachtung: Kann in Hitzschlag übergehen – Rettungsdienst alarmieren 	<ul style="list-style-type: none"> • kühle Umgebung • kühlende Maßnahmen (Kühlpackungen, kühlende Umschläge etc.) • Flüssigkeitszufuhr • Beobachtung – Gefahr eines Hirnödems – Rettungsdienst alarmieren



	Hitzekollaps	Hitzekrampf	Hitzeausschlag
Symptome	<ul style="list-style-type: none"> • kurzzeitiger Bewusstseinsverlust • Schwindel • „schwarz werden vor den Augen“ 	<ul style="list-style-type: none"> • erhöhte Körpertemperatur • Durst • erhöhter Blutdruck, Muskelkrämpfe • Puls dauerhaft beschleunigt 	<ul style="list-style-type: none"> • rote, punktförmige Flecken oder Papeln • später auch Bläschenbildung möglich • Jucken, Brennen • Ausschlag in Beugespalten, Nacken, unter der Brust, Leiste
Diagnostik	<ul style="list-style-type: none"> • Anamnese und Beobachtung • s. Symptome 	<ul style="list-style-type: none"> • Anamnese und Beobachtung • s. Symptome 	<ul style="list-style-type: none"> • Anamnese und Beobachtung • s. Symptome
Therapie	<ul style="list-style-type: none"> • kühle Umgebung • flach mit erhöhten Beinen lagern • Flüssigkeitszufuhr 	<ul style="list-style-type: none"> • kühle Umgebung • Elektrolytgleichgewicht wiederherstellen (natriumreiches Wasser) 	<ul style="list-style-type: none"> • kühlen und trocken halten • Trockenpinselung oder Puder vermeiden • luftige Kleidung • falls nach 24 Stunden nicht automatisch rückläufig ⇒ Arztinformation • Differenzierung zu bakterieller Infektion

Quelle: LMU Klinikum, Institut und Poliklinik für Arbeits-, Sozial- und Umweltmedizin, Hitzemaßnahmenplan für stationäre Einrichtungen der Altenpflege, Empfehlungen aus der Praxis für die Praxis, München