

Presseinformation Nr. 79/2010 vom 8. Juli 2010

## Große Hitze belastet Einsatzkräfte

### Bundesfeuerwehrärzte warnen vor Wärmebelastung und geben Tipps

**Berlin/Hamburg/Nürnberg** – Die Wettermeldungen für die nächsten Tage prognostizieren ein extrem heißes Wochenende mit Temperaturen bis zu 38°C. Insbesondere für Feuerwehr- und Rettungskräfte bedeutet dies im Einsatzfall eine enorme körperliche Belastung, auf die Bundesfeuerwehrarzt Dr. Hans-R. Paschen und sein Stellvertreter Klaus Friedrich ausdrücklich hinweisen.

Nicht nur die erhöhte Ozonbelastung und direkte Sonneneinstrahlung insbesondere auf den Kopf sind Ursachen für eine gestiegene Belastung in den kommenden Tagen. Auch starkes Schwitzen kann zu einer gefährlichen Dehydratation (Wasserverlust) mit Elektrolytstörungen und einer Kreislaufdysregulation (Hitzekollaps) kommen. Die Folgen reichen vom Kopfschmerz, Schwindel, Übelkeit, Erbrechen, bis hin zu Veränderungen des Bewusstseins, Krampfanfällen und Kreislaufstillstand.

Diese Problematik wird besonders unter Einsatzbedingungen enorm verstärkt. Das Tragen schwerer Schutzkleidung, die verstärkte körperliche Anstrengung beispielsweise unter Atemschutz oder auch psychische Druck erhöhen die Belastungen.

Besonders Einsatzführungskräfte sollten deshalb unbedingt die folgenden neun Sicherheitsratschläge der Bundesfeuerwehrärzte beachten:

- Einsatzzeiten und körperlichen Belastungen auf das Notwendigste zu beschränken!
- Halten Sie ausreichend Getränke und Obst im Einsatzfahrzeug vor!
- Großzügige Flüssigkeitszufuhr vor, während und nach dem Einsatz!

**Bundesgeschäftsstelle**  
Reinhardtstraße 25  
10117 Berlin  
*Telefon*  
(0 30) 28 88 48 8-00  
*Telefax*  
(0 30) 28 88 48 8-09  
*E-Mail*  
info@dfv.org  
*Internet*  
www.dfv.org

**Präsident**  
Hans-Peter Kröger

- Die tägliche Trinkmenge sollte bei gesunden Einsatzkräften mindestens drei Liter betragen! Diese ist kontinuierlich in kleinen Portionen aufzunehmen!
- Nach einem Atemschutzeinsatz sollte die Trinkmenge um weitere eineinhalb Liter erhöht werden!
- Schaffen von schattigen und kühlen Ruheplätzen und Kräftesammelstellen!
- Passen Sie die Einsatzschutzbekleidung den Notwendigkeiten an.
- Frühzeitig an die Anforderung ablösender Kräfte denken!
- Achten Sie auch auf einen konsequenten UV-Schutz (Schutzmittel mit hohem Lichtschutzfaktor, Sonnenbrille etc.)!

Pressekontakt: Carsten-Michael Pix, Tel. (030) 28 88 48 8-28, [pix@dfv.org](mailto:pix@dfv.org)

Alle DFV-Presseinformationen finden Sie unter [www.feuerwehrverband.de/presse](http://www.feuerwehrverband.de/presse).