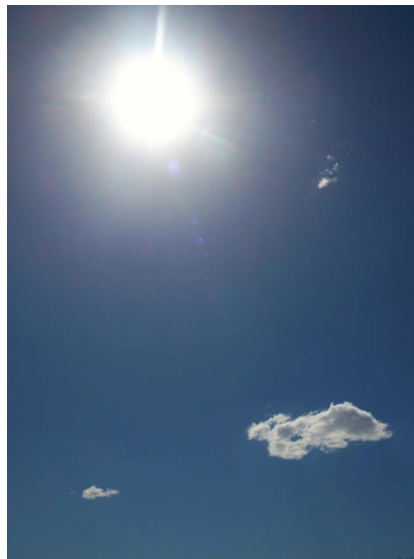


## Einsatz im Sommer

Empfehlungen des Bundesfeuerwehrarztes – Folge XVIII

Nicht nur Kinder freuen sich über schönes Badewetter, auch Erwachsene genießen gerne den Sommer mit seinen warmen Temperaturen. Allerdings stellen hohe Temperaturen eine enorm große, körperliche Herausforderung und Belastung für die Einsatzkräfte der Feuerwehr und des Rettungsdienstes dar.

Nicht nur die erhöhte Ozonbelastung und direkte Sonneneinstrahlung insbesondere auf den Kopf sind Ursachen für die größere Belastung. Auch starkes Schwitzen kann zu einer gefährlichen Dehydratation (Wasserverlust) mit Elektrolytstörungen und Hitze-Kollaps (Kreislaufdysregulation) kommen. Die Folgen reichen von Kopfschmerzen, Schwindel, Übelkeit, Erbrechen, bis hin zu Veränderungen des Bewusstseins, Krampfanfällen und Kreislaufstillstand.



Sonne – für die Einsatzkräfte kann Sie zu einer großen Gefahr werden!

© Petra Dirscherl / pixelio.de

Beachten Sie auch die Erste-Hilfe *kompakt* Folge IX mit dem Thema „Sonnenstich und Sonnenbrand“.

Den Link zu dieser und allen weiteren Ausgaben dieser Serie finden Sie am Ende dieser Folge.

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

**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

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

1. Einsatzzeiten und körperlichen Belastungen auf das Notwendigste beschränken!
2. Halten Sie ausreichend Getränke und Obst im Einsatzfahrzeug vor!
3. Großzügige Flüssigkeitszufuhr vor, während und nach dem Einsatz!
4. Die tägliche Trinkmenge sollte bei gesunden Einsatzkräften mindestens drei Liter betragen! Diese ist kontinuierlich in kleinen Portionen aufzunehmen!
5. Nach einem Atemschutzeinsatz sollte die Trinkmenge um weitere eineinhalb Liter erhöht werden!
6. Schattige und kühle Ruheplätze/Kräftesammelstellen schaffen!
7. Passen Sie die Einsatzschutzbekleidung den Notwendigkeiten an!
8. Frühzeitig an die Anforderung ablösender Kräfte denken!
9. Achten Sie auch auf einen konsequenten UV-Schutz (Schutzmittel mit hohem Lichtschutzfaktor, Sonnenbrille etc.)!

Nürnberg/Berlin, Juni 2012

Stellv. Bundesfeuerwehrarzt Klaus Friedrich

Der stellvertretende Bundesfeuerwehrarzt Klaus Friedrich ist einer der Vertreter des Deutschen Feuerwehrverbands in allen medizinischen Fragen. Er ist erfahrener Notfallmediziner und Landesfeuerwehrarzt in Bayern.

*Diese Ausgabe sowie alle weiteren Folgen unserer Serie „Erste-Hilfe kompakt“ finden Sie auch auf dem entsprechenden Internetportal auf der Homepage des DFV unter*

[www.feuerwehrverband.de/erste-hilfe-kompakt.html](http://www.feuerwehrverband.de/erste-hilfe-kompakt.html)

*Die Seite finden Sie auch, wenn Sie den QR-Code rechts oben nutzen. Halten Sie dazu einfach Ihr Mobiltelefon mit aktiviertem QR-Reader vor das Muster.*

