

ÜBERHITZUNG (SONNENSTICH, HITZSCHLAG)

ZIELE

In diesem Tatkunde-Block lernst du, wie du Überhitzung erkennst und behandelst.

INHALT

Diesen Tatkunde-Block passt an jeden Cevinachmittag oder in jedes Lager, wenn die Sonne scheint. Sei ein gutes Vorbild und erkläre den Jungleitenden, wieso sie sich vor der Sonne schützen sollen. Besonders wichtig ist, dass die Jungleitenden dies auch an ihren Nachwuchs weitergeben.

Die Jugendlichen können die Behandlung bei einer Überhitzung anhand eines Rollenspiels üben.

Wie kommt es zur Überhitzung?

Bei sehr hohen Temperaturen ist die wichtigste Aufgabe des Körpers die Schweißproduktion zur Kühlung. Ist irgendwas nicht in Ordnung mit der körpereigenen Kühlung oder sind die Temperaturen zu hoch, kommt es zur Überhitzung.

Behandlungsmassnahmen bei Überhitzung

Sich in den Schatten begeben, keine körperliche Anstrengung, ausruhen, kühlende Tücher auf die Stirn und Nacken, viel kühle Getränke trinken (jedoch nicht eiskalt)

1. Sonnenstich (erste Stufe der Überhitzung)

Hitzestau im Kopf durch übermässige Sonnenbestrahlung und Reizung der Hirnhäute

Symptome: Hochroter Kopf, begleitet von Nackenschmerzen, Kopfschmerzen oder Schwindel und zum Teil Übelkeit.

2. Hitzeerschöpfung (zweite Stufe der Überhitzung)

Überwärmung des Körpers zwischen 37 und 40 Grad Celsius in Kombination mit Dehydratation

Alter: 14

TypY Seite: 127

KATEGORIEN

- 1. Hilfe
- Behandlung

PRÜFUNGEN

- Eintrittsprüfung GLK-3
- Eintrittsprüfung TKK



Symptome: Überwärmter Körper ("Fieber"), Kopfschmerzen, Übelkeit, Krankheitsgefühl, Schüttelfrost, Schwäche, schneller Puls, tiefer Blutdruck, Durst, Schwindel

3. Hitzeschlag (dritte Stufe der Überhitzung)

Überwärmung des Körpers über 40 Grad mit denselben Symptomen wie bei der Hitzeerschöpfung, sowie zentralnervösen Störungen wie Delirium, Bewusstseinsintrübung, Halluzinationen, Krämpfen, Koma.

Symptome: Schneller Puls, heisse und trockene Haut durch die starke Dehydratation, Atembeschwerden, Hirnschwellung, Organversagen, Tod

4. Weitere Symptomatiken der Überhitzung

Hitzekollaps/Ohnmacht durch Überhitzung: Bei längerem Aufenthalt erweitern sich die Gefäße der Haut, um möglichst viel Wärme an die Oberfläche entweichen zu lassen. Dabei kann das Gehirn weniger durchblutet werden und es erfolgt eine kurzzeitige Ohnmacht. Behandlung mit Weckversuchen, Beine hochlagern, sonst Bewusstlosenlagerung und die üblichen Massnahmen bei Überhitzung.