

Hitzenotfälle erkennen



Gesundheitlicher Notfall: **144**

Alpiner Notfall: **140**

Euronotruf: **112**

Telefonische Gesundheitsberatung: **1450**

Hitzeschlag



hohe Körpertemperatur



heiße und trockene Haut



hoher Pulsschlag



Krämpfe und Erbrechen



Verwirrtheit und Bewusstlosigkeit

Sonnenstich



Kopfschmerzen



Schwindel



hochroter, heißer Kopf



Übelkeit und Erbrechen



Nackenschmerzen

Hitzeerschöpfung



Schwäche und Abgeschlagenheit



kalte, feuchte Haut



Übelkeit



Fieber



starker Durst

Was tun?

- Körper **kühlen**, z. B. mit **nassen Tüchern**
- In den **Schatten** gehen bzw. Betroffene dorthin bringen
- reichlich **trinken**
- Bei Verdacht auf Hitzeschlag und/oder bei Bewusstlosigkeit: **Notruf 144** wählen