



Foto: FF Egelsh

Hitze und Sonnenstrahlung

Gefahren im Sommer

Die warme Jahreszeit hat begonnen, doch die Sommermonate bringen nicht nur Wonne und Wohlbefinden, sondern oft auch viel Arbeit für die Feuerwehren mit sich.

In der Sommerhitze: Einsätze fordern den Feuerwehrangehörigen einiges ab wie bei diesem Getreidefeldbrand.

Während das Thermometer in die Höhe schnellt und so mancher sich im Freibad oder am Badesee entspannt, steigt die Zahl der Alarmierungen, und für die Feuerwehrfrauen und -männer herrscht Hochkonjunktur durch eine Vielzahl an Einsätzen. Vor allem im Freien kann es hier „zur Sache“ gehen, und folglich sind Einsatzkräfte unter Umständen längere Zeit den sommerlichen Bedingungen wie Sonnenstrahlung und Hitze ausgesetzt.

Sommertypische Szenarien wie Wald- oder Flächenbrände fordern alles von den Feuerwehrangehörigen ab. Eine Brandbekämpfung durchzuführen kann dann schnell zu einer schweißtreibenden Angelegenheit und zu einem Risiko für Herz und Kreislauf werden. Erschwerend kommt an besonders schwülen Tagen die hohe Luftfeuchtigkeit hinzu. Es zeigt sich zu leicht, dass bei einem Einsatz bereits nach kurzer Zeit die körperlichen Leistungsgrenzen erreicht werden können. Erst recht, wenn schwere körperliche Arbeit, wie z. B. beim Löschen eines Feuers, verrichtet wird. Hier steigt die Körperkern-temperatur rasant an und erreicht in Einzelfällen durchaus Werte, die mit hohem Fieber vergleichbar sind.

In diesem Zusammenhang kommt es auch zu extremen Flüssigkeitsverlusten von bis zu einem Liter in 20 Minuten (!), und es entwickelt sich ein sehr starkes Durstgefühl. Des Weiteren kann die aggressive Sonnenstrahlung auf der Haut schnell einen schmerzhaften Sonnenbrand verursachen und – je nach UV-Strahlung – mit lebensbedrohlichen Spätfolgen, wie z.B. Hautkrebs bei UV-B- oder Hautalterung bei UV-A-Strahlen, einhergehen.

Im Einsatz

Grundsätzlich ist bei hohen Außentemperaturen auf besondere organisatorische und personelle Maßnahmen zu achten, sofern es möglich ist:

- bei Alarmierungen die Einsatzzeiten der Feuerwehrangehörigen auf das absolut notwendige Maß beschränken

- ausreichend Erholungspausen einplanen
- Pausen an schattigen Plätzen abhalten
- in den Pausen zudem schwere Ausrüstung und Kleidung ablegen
- Verstärkung und Ablösung der eingesetzten Kräfte rechtzeitig einplanen
- ausreichend Getränke bereitstellen, um dem Flüssigkeitsverlust und daraus resultierenden Leistungseinbußen effektiv entgegenzuwirken (bei Einsätzen unter Atemschutz erhöht sich der Flüssigkeitsbedarf zusätzlich)
- optimale Durstlöscher wie Mineralwasser, verdünnte Saftschorlen und kalten unge-süßten Tee bereitstellen
- zwecks Kräftigung leicht verdauliches Essen zu sich führen
- an Schutz vor UV-Strahlung durch Sonnencreme und Kopfbedeckung (bspw. Sonnenhüte mit Nackenschutz) denken
- kein langes Antreten, insbesondere nicht ungeschützt in der Sonne

Aktionen der Jugendfeuerwehr

Auch bei den Jugendfeuerwehren herrscht zu dieser Jahreszeit reges Treiben, und dementsprechend müssen auch hier Vorkehrungen getroffen werden, um mögliche Gesundheitsgefahren zu vermeiden. Insbesondere bei Ausflügen, Zeltlagern und Fahrten mit der Jugendfeuerwehr sind folgende Maßnahmen ratsam:

- ausreichend Pausen einplanen und während der Erholung Schattenplätze aufsuchen
 - zum Schutz vor Sonnenbrand sollen sich alle Jugendfeuerwehrangehörigen ausreichend eincremen
 - erhöhten Flüssigkeitsbedarf berücksichtigen und ausreichend Getränke bereitstellen
 - körperlich anstrengende Aktivitäten (Sport, Spiele oder Märsche) nicht in die Nachmittagsstunden verlegen
 - kein langes Antreten, insbesondere nicht ungeschützt in der Sonne
- Unabhängig, ob Einsatzabteilung oder Jugendfeuerwehr, kann es an heißen Tagen zu

Hitzeschäden wie Sonnenstich, schwerem Sonnenbrand oder Hitzeerschöpfung kommen, die zu einer ernsthaften Gesundheitsgefahr oder sogar lebensbedrohlichen Situation werden können. Durch die unmittelbare Gefährdung des Herz-Kreislauf-Systems dürfen sie keinesfalls unterschätzt werden und machen unter Umständen den Einsatz des Rettungsdienstes erforderlich. Nicht selten führte der Einsatz oder das Zeltlager Feuerwehrangehörige unter hochsommerlichen Bedingungen auf direktem Weg ins Krankenhaus. Vor dem Hintergrund der Gesundheitsgefahren in der Sommerzeit sollten die Erste-Hilfe-Kenntnisse der Feuerwehrangehörigen im Umgang mit Hitzeschäden regelmäßig aufgefrischt werden.

Die dargestellten Situationen machen es deutlich, dass bei sommerlichen Temperaturen wichtige Schutzmaßnahmen ergriffen werden müssen. Bei direkter Sonneneinstrahlung und extremer Hitze scheint dies schnell klar zu sein, doch auch in Situationen, bei denen es nicht unmittelbar spürbar ist, dass es zu gesundheitsschädlichen Einwirkungen kommt, ist besondere Vorsicht geboten. Nur weil ein kühles Lüftchen weht oder der Himmel temporär bedeckt ist, heißt dies nicht automatisch, dass es zu keiner schädigenden Einwirkung für Kopf, Haut, Kreislauf o.Ä. kommt. Auch unter vermeidlich „milden“ sommerlichen Bedingungen gilt es, mit oben beschriebenen Maßnahmen vorzubeugen, denn gerade Sonneneinstrahlung wirkt permanent.

*Abteilung Prävention
Hanseatische Feuerwehr-Unfallkasse Nord
Feuerwehr-Unfallkasse Brandenburg
Feuerwehr-Unfallkasse Mitte*

► **Besondere Gefahren für die Feuerwehren im Sommer:**
Zur Sonderseite mit speziellen Unfallverhütungsthemen gelangt man direkt über den nachfolgenden Link oder über den Container auf Startseite www.hfuk-nord.de
www.hfuknord.de/hfuk/aktuelles/das-aktuelle-thema/Die-Feuerwehr-im-Sommer.php