

Erste Hilfe & Sicherheit

Kälteschäden

Grundsätzlich unterscheidet man zwischen Unterkühlung und Erfrierung. Oft kommen beide Schädigungen kombiniert vor.

Unterkühlung

Man spricht von einer Unterkühlung, wenn der Körper über längere Zeit mehr Wärme abgibt als er produzieren kann. Das kommt zum Beispiel bei Lawinenunfällen, Erschöpfungen oder bei einem Sturz ins kalte Wasser vor.

Der Körper reagiert als erstes mit Muskelzittern. Damit versucht er mehr Wärme zu produzieren, um so die normale Temperatur (von ca. 37°C) aufrecht zu erhalten.

Wenn dies nicht mehr ausreicht, kommt es zum Absinken der Körpertemperatur mit folgenden **Auswirkungen**:

- Schwächegefühl, Müdigkeit, unkoordinierte Bewegungen (schwanken, torkeln), Zittern
- Halluzinationen, Bewusstseinsstörungen
- Bewusstlosigkeit
- Atem- und Kreislaufstillstand

Massnahmen

- Heisse und gezuckerte Getränke (kein Alkohol!) verabreichen
- Bewegung
- trockene und warme Kleidung
- Schutz vor Wind und Feuchtigkeit
- den Betroffenen mit einer (Isolations)Decke zudecken



Jäger



Erste Hilfe & Sicherheit

Kälteschäden

Erfrierungen

Unter einer Erfrierung versteht man eine Schädigung des Gewebes durch Kälteeinwirkung. Sie tritt je nach Umständen in Verbindung mit einer Unterkühlung auf.

Hauptursache für Erfrierungen ist eine unangepasste Kleidung bei langanhaltend tiefen Temperaturen unter dem Gefrierpunkt. Anfällig sind alle wenig durchbluteten und weit vom Rumpf entfernte Körperteile wie zum Beispiel Hände, Füße, Ohren, Wangen und die Nase.

Erfrierungen werden je nach Schwere in vier Grade eingeteilt:

Erfrierung 1. Grades	blasse Hautfarbe, Schwellung der Hautpartie, Schmerzen
Erfrierung 2. Grades	blau-rote Hautfarbe, Blasenbildung
Erfrierung 3. Grades	beinahe schmerzfreies Absterben des Gewebes
Erfrierung 4. Grades	totale Vereisung.

Massnahmen:

- Durchblutung verbessern (Schuhe/ Kleidung lockern)
- Körperteile langsam wieder aufwärmen - Erfrierung mit kaltem Wasser beginnen zu wärmen, Wasser langsam (!) erwärmen (Körperteil NIE in heisses Wasser tauchen)
- Körper mit Decken wärmen



Jäger

