

9 Tipps FÜR HITZETAGE



Erste Hilfe bei Hitzschlag

mögliche SYMPTOME

- Benommenheit, Schwindel
- Kopfschmerzen
- Fieber
- Kein Schwitzen
- Rote trockene Haut
- Schnelle Atmung
- Schneller Puls
- Übelkeit, Erbrechen
- Schwäche od. Krämpfe
- Bewusstseinsstörung, Kreislaufprobleme



Eine Auswirkung des Klimawandels ist die Zunahme von Hitzetagen mit Temperaturen von mehr als 30°C. Im höheren Alter wirkt Hitze besonders belastend. Der natürliche Kühlungsmechanismus (Schwitzen) ist vermindert und das Durstgefühl nimmt ab.

LAND KÄRNTEN

PFLEGE. NAH. VERSORGUNG. KÄRNTEN

ALPINE NATURE CAMPUS

klima+ energie fonds

KLAR! Vorbereitet auf die Klimakrise

9 Tipps für Hitzetage wurde von KLAR! Nationalparkgemeinden Oberes Mölltal in Zusammenarbeit mit Umweltmediziner Dr. med. Hans-Peter Hutter entwickelt.

KLAR!

Nationalparkgemeinden Oberes Mölltal

GROSSKIRCHHEIM | MÖRTSCHACH | WINKLERN
www.alpine-nature-campus.com/klar-region