

## Arbeit bei Feuer und Sommerhitze

### Wie können Feuerwehrleute Gesundheitsrisiken mindern?

Arbeiten in großer Hitze ist für Feuerwehrleute Teil ihres Alltags. Trotzdem birgt die aktuelle Sommerhitze auch für sie zusätzliche Gefahren. Ein körperlich anstrengender Einsatz in mehrlagiger Schutzkleidung treibt den Schweiß und führt schnell zu extremem Flüssigkeitsverlust. Wie kann man solchen Gesundheitsrisiken begegnen und den Hitzestress reduzieren? Die gesetzliche Unfallversicherung und der Deutsche Feuerwehrverband geben Hinweise, wie die Gesundheitsrisiken beim Feuerwehreinsatz in großer Hitze gemindert werden können.

„Bei Temperaturen über 30 Grad kann es gerade bei großer körperlicher Anstrengung zum Beispiel zu einer Hitzeerschöpfung oder gar einem Hitzschlag kommen“, warnt Tim Pelzl, Leiter des Fachbereichs „Feuerwehren, Hilfeleistungen, Brandschutz“ der DGUV: Auch die hohe Ozonbelastung kann zu gesundheitlichen Problemen führen. „Die verantwortlichen Führungskräfte müssen all diese Faktoren momentan bei der Einsatzvorbereitung und -durchführung beachten“, sagt Klaus Friedrich, Bundesfeuerwehrarzt des Deutschen Feuerwehrverbandes (DFV). „Treten Kopfschmerz, Schwindel, Übelkeit, Bewusstseinsveränderungen oder Krampfanfälle auf, sollte medizinische Hilfe angefordert werden.“

Zwar können Feuerwehrleute die Arbeit bei großer Hitze nicht vermeiden, aber mit einigen Vorsichtsmaßnahmen lassen sich die Risiken zumindest mindern:

- Achten Sie bei allen Einsätzen auf einen konsequenten Sonnenschutz. Kopf und Körper sollten bedeckt sein, die Augen eventuell mit einer Sonnenbrille geschützt. Machen Sie wann immer möglich Pausen im Schatten.
- Grundsätzlich sollten körperliche Belastungen reduziert werden. Halten Sie Einsatzübungen deshalb kurz, verschieben Sie Tätigkeiten, die nicht unbedingt notwendig sind, auf kühlere Tageszeiten. Von sportlichen Aktivitäten ist abzuraten.
- Es ist wichtig, auf eine großzügige Flüssigkeitszufuhr zu achten. Die tägliche Trinkmenge sollte bei gesunden Einsatzkräften mindestens drei Liter betragen. Die Getränke sollten in kleinen Portionen, aber dafür kontinuierlich eingenommen werden. Nach einem Einsatz mit Pressluftatmern (PA) oder Chemikalienschutzanzügen (CSA) sollte die Trinkmenge um weitere 1,5 Liter aufgestockt werden. Nicht vergessen: Bereits im Einsatzfahrzeug und an der Einsatzstelle müssen ausreichend Getränke bereitstehen.
- Nutzen Sie jede Möglichkeit zum Abkühlen – auch den Sprühstrahl des Löschfahrzeugs.

- Die Einsätze sollten so geplant werden, dass nicht ein Feuerwehrmann oder eine Feuerwehrfrau mehrere anstrengende Einsätze, zum Beispiel mit umluftunabhängigem Atemschutz, hintereinander absolvieren muss. Das heißt: Rechtzeitig an Ablösungen denken und nachalarmieren.
- Mehrlagige Einsatzkleidung zur Gebäudebrandbekämpfung, zum Beispiel nach DIN EN 469 bzw. HUPF Teil 1 und 4, belasten die Einsatzkräfte bei der Hitze extrem. Wann immer es taktisch und sicherheitstechnisch möglich ist, sollte auf leichtere, weniger isolierende Einsatzkleidung ausgewichen werden. Zum Beispiel bei der technischen Hilfeleistung oder der Brandbekämpfung im Freien.

Weitere Hinweise zu akuten Hitzeerkrankungen:  
<http://publikationen.dguv.de/dguv/pdf/10002/204-037.pdf>