

HYPOTHERMIE

Symptomen

(! Alle symptomen zijn niet altijd aanwezig)

L
I
C
H
T

- Beven, rillen en het koud hebben
- De warmte opzoeken
- Coördinatie verloopt moeilijk
- Moeilijk iets vast kunnen houden
- Verlies van spanning/kracht op de spieren
- Overstuur zijn, onverschillig
- Geheugenverlies, hallucinaties
- Lichaamstemperatuur tussen 32° en 35,5°C

Z
W
A
R

- Onvermogen om zich te beschermen tegen de kou
- Onsamenvangende reacties
- Verzorging weigeren, abnormaal gedrag
- Afwezigheid van beven
- Spierstijfheid
- Abnormale pols- en hartslag, langzaam of afwezig
- Bewusteloosheid, coma
- Verwijde pupillen
- Moeilijk om de temperatuur te nemen (28°-30°C)

Maatregelen

- Controleer de patient actief op verwarring of onverschilligheid
- Verwarm geleidelijk, vermijd té snelle opwarming

De warmteproductie verhogen:

- Eten (in kleine hoeveelheden)
- Drinken: soep, cacao (vermijd*: thee, koffie, cola, alcohol)
- In beweging zetten (alleen als de patiënt bij bewustzijn is)

Verminder het warmteverlies:

- Beschut de patiënt
- Warme & droge kledij, lang ondergoed, dekens

Verwarm de omgeving:

- Verwarmde ruimte
- Waterkruik

(* want dit belast de urineblaas en verwijdt de bloedvaten)

BEL EEN AMBULANCE (100)

- De persoon niet plots opwarmen door een externe warmtebron
- Isoleer het slachtoffer om bijkomend warmteverlies te vermijden
- Verplaats het slachtoffer zo voorzichtig mogelijk, want een koud hart is een kwetsbaar hart waarbij het risico op hartstilstand verhoogt
- Probeer de persoon niet voor of tijdens het vervoeren op te warmen

