

von

**Dr. Christian Eglseer**



## **Sommerhitze – Worauf muss ich achten?**

Die Ursachen eines Hitzekollaps sind unter anderem Flüssigkeitsmangel. Vor allem ältere Personen haben ein herabgesetztes Durstgefühl und müssen auch Flüssigkeit (Wasser, und nicht Tee, Kaffee oder Alkohol) zuführen, auch wenn sie nicht durstig sind. Personen, die blutdrucksenkende Medikamente einnehmen müssen, können betroffen sein. Sie müssen täglich, eventuell auch mehrmals täglich ihren Blutdruck messen. Es gibt aber auch Medikamente gegen andere Erkrankungen, wie Prostatavergrößerung und Herzkranzgefäßerkrankungen, die als Nebenwirkung den Blutdruck senken.

### **Hitzschlag**

Dabei handelt es sich um eine Folge einer vermehrten Sonneneinstrahlung auf den Kopf/das Gehirn. Eine Vorbeugung davor bietet: generell im Schatten bleiben. Falls dies nicht möglich ist, empfiehlt es sich eine Kopfbedeckung zu tragen.

### **Sonnenbrand – Melanom**

Schützen Sie Ihre Haut durch Sonnencreme mit entsprechend hohem Faktor und meiden sie die direkte Sonnenbestrahlung, immer dann, wenn möglich. Das Risiko an einem Melanom (brauner Hautkrebs) zu erkranken ist in den letzten Jahren deutlich gestiegen. Lassen Sie sich daher anlässlich der jährlichen Gesundenuntersuchung Ihre Haut durch Ihren Arzt Ihres Vertrauens oder durch den Hautfacharzt überprüfen.



**Dr. Christian Eglseer**

**Facharzt für Innere Medizin**

Amstetten, Wagmeisterstraße 46

Tel. 07472/67264

**Hotline: Tel. 0664/3404505**

**[www.dr-eglseer.at](http://www.dr-eglseer.at)**

Anzeige