



Kantonaler Hitzeschutzplan

VADEMECUM für die Sportveranstaltungen an Hitzetagen

Hitze, auch ausserhalb von Hitzewellen, kann die Leistung und die Gesundheit von Sportlern aller Leistungsstufen beim Training, bei Wettkämpfen und Sportveranstaltungen erheblich beeinträchtigen.

Geringere Leistung, Dehydrierung und mit Hitze zusammenhängende Krankheiten sind vermeidbar und können häufig erfolgreich behandelt werden, wenn sie richtig erkannt und rechtzeitig angemessen behandelt werden.

Der trainingsbedingte Hitzschlag beziehungsweise die Belastungshyperthermie ist ein medizinischer Notfall, der zum Tod führen kann.

An Hitzetagen kann es sein, dass die Organisatoren einer Sportveranstaltung vor die Entscheidung gestellt werden, ob sie sie weiterhin durchführen (und zu welchen Bedingungen), sie absagen oder sie verschieben.

Heute gibt es weder in der Schweiz noch im Wallis spezifische gesetzliche Bestimmungen zu diesem Thema. Die kantonalen Behörden verfügen nicht über die notwendige Kompetenz, um eine Entscheidung in dieser Frage zu treffen, weswegen die Verantwortung beim Organisator liegt.

Es gibt viele Sportarten und die körperliche Anstrengung, die sie erfordern, und die Einzelpersonen, die sie ausüben, unterscheiden sich erheblich. Unter diesen Umständen ist es schwierig, absolute Temperaturschwellenwerte festzulegen, die bei der Entscheidungsfindung helfen würden und für alle Sportarten angemessen wären. An Hitzetagen wird vielmehr empfohlen, Präventionsmassnahmen umzusetzen und die spezifischen Anforderungen der betreffenden sportlichen Betätigung zu beurteilen, die bei der Veranstaltung vorgesehen ist, um eine Strategie zu erarbeiten, die unter solchen Umständen umgesetzt werden kann.

Sportarten, die eine grosse, lang anhaltende Anstrengung oder spezifische Schutzausrüstung erfordern, sind besonders betroffen: Laufsport, Radsport, Kampfsport, Motorsport, Rallye usw.

Letztendlich kann es bei allen Sportarten und Aktivitäten im Freien zu Hyperthermie kommen. Dennoch ist Wachsamkeit geboten, weil selbst in Sporthallen die hohe Temperatur und fehlende Lüftung genauso gefährlich sein können.

Die «klassischen» Risikogruppen (ältere Menschen, Kleinkinder, chronisch Kranke usw.) sind ebenso einem erhöhten Risiko ausgesetzt wie junge und gesunde Menschen, deren potenziell übermässige Motivation sie dazu verleitet, die Folgen zu unterschätzen.

Folgende Informationen können den Organisatoren jedoch Anhaltspunkte für die Beurteilung der Situation und die Entscheidungsfindung in Bezug auf die Organisation einer Sportveranstaltung, ihrer Durchführen an Hitzetagen, ihrer Verschiebung oder ihrer Absage bieten.



VOR DEM SOMMER

Dem Organisator wird empfohlen, folgende Aspekte der geplanten Veranstaltung zu erfassen:

- Datum der Veranstaltung: Je nach geplantem Datum wird die Akklimatisierung der Teilnehmer unterschiedlich aussehen (im Juni beispielsweise ist an Hitzetagen das Risiko höher). Der Körper braucht zwischen sieben und 14 Tagen, um sich an hohe Temperaturen zu gewöhnen.
- Merkmale der sportlichen Disziplin: Art und Dauer der Anstrengung (bestimmte Sportarten gehen mit grösseren Risiken einher als andere)
- Ausrüstung, Kleidung der Teilnehmer: Das Tragen bestimmter Ausrüstungsgegenstände, die das Durchdringen von Schweiß verhindern (Helm, Kleidung, Overalls usw.)
- Sportliches Profil der Teilnehmer: Alter (Kinder, Erwachsene), trainierte/Profi-Sportler oder gelegentlich Sporttreibende
- Umstände der Durchführung: Elitewettbewerb oder populäre Veranstaltung; im Freien (in der Stadt, auf einem Natur- oder Kunstplatz) oder im Inneren (Lüftung der Räumlichkeiten); Strecke (Länge, Sonneneinstrahlung); Uhrzeiten; Abkühlungs- und Trinkgelegenheiten; Anwesenheit von Zuschauern; Rettungsdienste *in situ* auf der gesamten Strecke.

Es wird allen Organisatoren von Sportveranstaltungen empfohlen, beim jeweiligen nationalen Sportverband nachzufragen, ob es möglicherweise spezifische Leitlinien gibt, die unter solchen Umständen anzuwenden sind.

Auf der Grundlage dieser Informationen kann die Erarbeitung eines Durchführungsprotokolls für Hitzetage dem Organisator dabei helfen, gegebenenfalls die notwendigen Vorkehrungen zu treffen, die umgesetzt werden können, um die Risiken für Sportler, Organisatoren, Unterstützungsteams und Zuschauer zu verringern:

- Verschiebung der Veranstaltung auf die kühlestes Tageszeiten
- Anpassung der Strecke, des Ortes, der Regeln und der Schiedsverfahren, um zusätzliche Pausen oder längere Erholungszeiten zu ermöglichen
- personelle Verstärkung des Organisationsteams und Sicherstellung eines angemessenen Schutzes vor der Hitze (Schatten, Ablösung der Teams, Wasserzufuhr, Abkühlung usw.)
- Information des Teams über die zu ergreifenden Präventionsmassnahmen, die Warnzeichen, die erkannt werden müssen, und die Methoden zur Versorgung
- Überprüfung und Verstärkung der Mittel zur Erfrischung (vor, während und nach dem Wettbewerb) und der Lüftung der Infrastrukturen
- Verstärkung des medizinisch-gesundheitlichen Rettungsdispositivs
- Erhöhung der Trinkwasservorräte und ihrer Zugänglichkeit
- Einrichtung (Schaffung) von leicht zugänglichen Schattenbereichen

Es liegt auch im Interesse des Organisators der Veranstaltung (vor allem bei Veranstaltungen mit Massenbeteiligung), die Teilnehmer angemessen über das Risiko körperlicher Aktivität bei grosser Hitze zu informieren, sowohl beim Training als auch beim Rennen selbst, sowie über die Möglichkeit, dass die Veranstaltung abgesagt oder die Bedingungen für ihre Durchführung geändert werden.



EINIGE TAGE VOR DER VERANSTALTUNG

Wettervorhersage einholen, insbesondere:

- Temperatur
- Windstelle und relative Luftfeuchtigkeit: zwei Faktoren, die die Verdunstung von Schweiß verhindern

Falls diese Risikofaktoren gegeben sind und die Veranstaltung dennoch durchgeführt wird:

- Anwendung der im Protokoll vorgesehenen Bestimmungen
- regelmässige Präventionsbotschaften an die Teilnehmer, Zuschauer und Mitarbeiter

AM ENDE DER VERANSTALTUNG

Es wird vorgeschlagen, eine Evaluation des Dispositivs vorzunehmen, um für die nächste Veranstaltung die notwendigen Verbesserungen anbringen zu können.

WEITERE INFORMATIONEN ZU VERHALTENSREGELN, DIE VOR DEN FOLGEN VON HITZE SCHÜTZEN, UND ZU DEN WARNZEICHEN

→ siehe Dokument «Vademecum für die sportliche Betätigung an Hitzetagen», verfügbar auf der Website www.vs.ch/hitzewelle