

Was passiert bei Wassermangel?

Wassermangel hat gravierende Folgen für den Körper und seine Funktionen. Schon bei einem geringen Mangel wird zum Beispiel die Hirnleistung vermindert – man ist müde, kann sich nicht mehr so gut konzentrieren und die Reaktionsfähigkeit lässt nach...

Versucht die Symptome bei Wassermangel richtig zuzuordnen!

Lösung

Wasserverlust (in % des Körpergewichts)	Symptome
1%	Leichter Durst
2 %	Verminderung der Ausdauerleistung Merk- und Konzentrationsstörungen
3-5%	Trockene Haut und Schleimhäute verminderter Speichel- und Harnfluss körperliche Schwäche
5-10%	Erhöhter Puls Schwindelgefühl Kopfschmerzen
10-ca.15%	Verwirrtheit Geschwollene Zunge Empfindungslose Haut Krämpfe
Ca. 15%	Tod