



Gemeinsam handeln
für Klima und Gesundheit



KLUG

Deutsche Allianz
Klimawandel und Gesundheit

Prävention gesundheitlicher Hitzeschäden

Handlungsmöglichkeiten in der Pflege

Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit e.V.

KLUG

Setting Pflege

- demographischer Wandel führt zu mehr zu versorgenden Menschen
- mehrere Risikofaktoren treffen in der Pflege aufeinander
- Umsetzung von Maßnahmen in stationären Pflegeeinrichtungen möglich
 - Beispiel: [Betreuungs- und Pflegeaufsicht Hessen](#)
- besonders kritisch: ältere und alleinstehende Menschen im häuslichen Umfeld
 - 2019 wurden 80% der Pflegebedürftigen zu Hause versorgt
 - Betreuung durch Hausärzt:innen, ambulante Pflegedienste und/oder von einem informellen Netzwerk (Familie, Nachbarn)
 - Überprüfung der Anwendbarkeit im ambulanten Bereich notwendig

Organisatorisches



Risikopersonen überwachen

- gefährdete Personen identifizieren
- vermehrte klinische Kontrollen
- in kühleren Räumen unterbringen



Medikamente prüfen lassen

- Lagerungsbedingungen beachten
- Überprüfung durch Ärzt:innen vor Sommer veranlassen



Angehörige einbinden

- Hinweise bzgl. Kleidung, Abkühlung, Trinkverhalten
- regelmäßige Erinnerungen und Kontaktaufnahmen
- helfen bei der Umgestaltung des Wohnraums



Vorräte kontrollieren

- genügend Getränke und Hilfsmittel für Hitzeperioden



Körperbezogene Maßnahmen



Körperbedeckung anpassen

- leichte, luftige, helle Kleidung
- Kopfbedeckung und Sonnenbrille
- leichte Bettwäsche



Regelmäßig kontrollieren

- Körpertemperatur
- Zeichen von Exsikkose, Wiegen
- Zeichen von Hitzeerkrankungen



Körper kühl halten

- feuchte Umschläge auf Beine, Arme, Gesicht und Nacken
- Haut mit kühlem Wasser befeuchten und trocknen lassen
- Fußbäder
- abduschen

Anpassung des Verhaltens



Ausreichend trinken

- über den Tag verteilt |
- ggf. Trinkprotokoll
- bei Bedarf Elektrolyte
- Tipps zur Trinkmotivation beachten



Gesund essen

- leichte, salzige Speisen
- viel wasserreiches Obst und Gemüse



Auf Sonnenschutz achten

- regelmäßig mit Sonnencreme eincremen
- in Schatten/an kühle Orte begeben



Aktivitäten anpassen

- Hitzestunden vermeiden
- Unternehmungen und Therapieangebot anpassen



In Innenräumen



Räume kühl halten

- Raumtemperatur und Luftfeuchtigkeit kontrollieren
- Abschattungen nutzen
- früh morgens/nachts querlüften
- Fenster tagsüber geschlossen halten, Innentüren öffnen
- wärmeabgebende Geräte abschalten



Hilfsmittel bereitstellen

- z.B. Fächer, Ventilatoren, feuchte Laken
- Ventilatoren bis 35°C einsetzbar

Tipps zur Trinkmotivation

Trinken erleichtern:

- größere Trinkgefäße anbieten
- in Griffweite stellen
- Hilfsmittel: Strohhalm, Trinkbecher mit Griffen
- Zeit lassen zum Trinken
- Getränkezufuhr über den Tag planen

Trinken attraktiver gestalten:

- farbige Getränke, farbige Becher/Gläser
- schöne Getränke anbieten
- Lieblingsgetränke anbieten
- Abwechslung bei Getränken anbieten
- Gemeinsam trinken

Medikamente und Hitze

- Lagerungsfähigkeit eingeschränkt
 - Behinderung von körpereigenen Abkühlungsmechanismen
 - Verschlechterung bestehender Erkrankungen
 - Nebenwirkungen, Überdosierung
- Besonders kritisch sind:
 - **Entwässernde Medikamente**
 - **Anticholinerge Stoffe**
(z.B. Antipsychotika, Antidepressiva, Anti-Parkinsonmittel, Antihistaminika, Inkontinenzmittel...)
 - **Beruhigungs- und Schlafmittel**
(z.B. Benzodiazepine)
 - **Opioide Schmerzmittel**

Quellen

Diese Fortbildung basiert auf:

- Materialien der „Bildungsangebote für medizinische Fachangestellte und Pflegepersonen - Hitzeassoziierte Gesundheitsprobleme“ der LMU München: <http://www.klinikum.uni-muenchen.de/Bildungsmodule-Aerzte/de/bildungsmodule-mfa/Materialien-Hitze-Gesundheit/index.html>

Weitere Quellen:

- C. Becker, A. Herrmann, W.E. Haefeli, K. Rapp, U. Lindemann (2019): Neue Wege zur Prävention gesundheitlicher Risiken und der Übersterblichkeit von älteren Menschen bei extremer Hitze. Bundesgesundheitsbl 2019 · 62:565–570 <https://doi.org/10.1007/s00103-019-02927-9>
- https://www.destatis.de/DE/Themen/Gesellschaft-Umwelt/Gesundheit/Pflege/_inhalt.html#sprg235892
- WHO Regionalbüro für Europa (2019): Gesundheitshinweise zur Prävention hitzebedingter Gesundheitsschäden – neue und aktualisierte Hinweise für unterschiedliche Zielgruppen, Kopenhagen: http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0015/402072/PublicHealth-German5bis.pdf?ua=1
- LMU München (2021): Hitzemaßnahmenplan für stationäre Einrichtungen der Altenpflege – Empfehlungen aus der Praxis für die Praxis, München: http://www.klinikum.uni-muenchen.de/Bildungsmodule-Aerzte/download/de/Klima3/Massnahmenplan/neu/LMU_Klinikum-Hitzemassnahmenplan_ONLINE.pdf
- KLUG – Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit e.V. (2021): Informationen für Pflegeheimleitungen zum Gesundheitsschutz Ihrer Bewohner*innen bei Hitzewellen unter Berücksichtigung der Corona-Situation, online verfügbar unter: <https://www.klimawandel-gesundheit.de/wp-content/uploads/2021/06/2021-06-Hitze-Infoblatt-Pflegeheim.pdf>



Gemeinsam handeln
für Klima und Gesundheit



KLUG

Deutsche Allianz
Klimawandel und Gesundheit

Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit e.V. (KLUG)

kontakt@klimawandel-gesundheit.de

www.klimawandel-gesundheit.de