

„HITZESCHUTZ IN DER PFLEGE IST LEBENSCHUTZ“

Bundesminister für Gesundheit Prof. Dr. Karl Lauterbach

Für die Pflegepraxis: Was bei Hitze wichtig ist

1. Alle einbeziehen & informieren:

Besprechen Sie gemeinsam, was hohe Temperaturen für den Alltag von Pflegekräften und zu Pflegenden bedeuten, und wie konkrete Aktivitäten über den Tag verteilt werden können. Informieren Sie sich aktuell über Hitzewellen beim **Deutschen Wetterdienst (DWD)**, der auch regionale Warnungen herausgibt, oder **nutzen Sie regionale Hitzewarnsysteme**.

2. Innenräume bestmöglich kühlen:

Alle nicht notwendigen, wärmeabgebenden Geräte sollten abgeschaltet sein. **Lüften Sie** in den frühen Morgenstunden und nutzen Sie konsequent **Abschattungen** wie Vorhänge, Außenjalousien und Rollos.

3. Schattige Außenbereiche nutzen:

Gestalten Sie kühle Außenbereiche mit schattenspendendem Grün und Wasserstellen für Personal und die zu pflegenden Personen. Wenn kein Teich oder Brunnen in der Nähe ist, können Sie insbesondere bei älteren Pflegebedürftigen auch feuchte Umschläge für Arme, Beine, Stirn oder Nacken nutzen oder regelmäßig Wasser mit einer Sprühflasche auf dem Körper verteilen.

4. Ausreichend trinken und Ernährung anpassen:

Achten Sie darauf, dass Pflegekräfte sowie Pflegebedürftige ausreichend trinken und angemessene Mengen regelmäßig zu sich nehmen – **etwa alle ein bis zwei Stunden ein Glas Wasser**. Achten Sie auch beim Essen auf wasserreiche Kost wie frisches Obst und Gemüse.

5. Körpersignale wahrnehmen:

Für alle Personen gilt – eine **luftige Kleidung** ist bei hohen Temperaturen angemessen, damit der Körper nicht überhitzt. **Achten Sie auf Symptome**, die eine **Hitzeerkrankung** bei Pflegebedürftigen anzeigen können. Nur so können Sie bei ersten Anzeichen schnell handeln – etwa mit Blick auf das Herzkreislaufsystem, das bei Hitze besonders gefordert wird.

6. Medikation beachten:

Hitze kann die Wirkung von Medikamenten oder arzneimittelhaltigen Pflastern beeinflussen. **Besprechen Sie vorab mit dem behandelnden ärztlichen Personal, ob und wie eine Anpassung der Medikation nötig ist**. Auch die temperaturgerechte Lagerung von Medikamenten ist zu beachten.

Wann wird Hitze zum Risiko für die Gesundheit?

Der Deutsche Wetterdienst (DWD) unterscheidet in zwei Risikowarnstufen zwischen einer **starken Hitzebelastung** ab einer gefühlten Temperatur von 32°C ohne nächtliche Abkühlung und einer **extremen Wärmebelastung** ab einer gefühlten Temperatur von 38°C, bei älteren Menschen ab 36°C.



Aus der Forschung: Wie sich Pflegepersonal langfristig auf Hitze vorbereiten kann

Expertinnen und Experten in der Wissenschaft – etwa am Klinikum der Ludwig-Maximilians-Universität (LMU) in München sowie der Stiftung Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) – haben mit Förderung des Bundesministeriums für Gesundheit (BMG) den Umgang mit hohen Temperaturen speziell in der Pflege untersucht sowie die Auswirkungen auf Personal und Pflegebedürftige analysiert. Folgende langfristige Maßnahmen sollten Einrichtungen demnach verfolgen:

- In kalten Jahreszeiten Maßnahmen zur Hitzeprävention erarbeiten und einen Hitzeschutzplan erstellen
- In Renovierung und Sanierung mit hitzepräventiven Baumaßnahmen investieren
- Die Thematik „Klimawandel und seine Auswirkungen“ in Aus-, Fort- und Weiterbildung aufnehmen
- Einrichtungen auf Klimaschutz ausrichten und, wo möglich, Energie sowie Ressourcen sparen

Tipp: Die LMU München bündelt Informationen zu Hitzemaßnahmenplänen in Einrichtungen, Einführungs-/ Hitzeschulungen für Fachpersonal sowie praxisnahe Tipps zu Hitzeaktionsplänen für Kommunen. Andere Initiativen, wie das Aktionsbündnis Hitze Berlin, bieten Musterhitzeschutzpläne für ambulante und stationäre Einrichtungen an.

Aus der Politik: Klimaschutz und Hitzeschutz zusammen denken

Das BMG hat einen Impuls für einen Hitzeschutzplan Gesundheit vorgelegt. Dieser sieht vor, dass eine bundeseinheitliche Empfehlung für Hitzeschutzpläne in Pflegeeinrichtungen und Pflegediensten durch die Vertragsparteien der Pflegeselbstverwaltung erstellt wird. Zahlreiche weitere Akteurinnen und Akteure in Politik, Verbänden und bei den Kostenträgern setzen sich für die Aufklärung von Bevölkerung und Pflegeeinrichtungen zum Umgang mit hohen Temperaturen im Pflegealltag ein, fördern die Untersuchung der Klimagesundheit in Modellprojekten und entwickeln Konzepte für optimale Hitzeschutzmaßnahmen in der stationären und ambulanten Pflege.



Als Initiative des BMG bündelt das Pflegenetzwerk Deutschland Expertenwissen und weitere Details auf einer Themenseite. Informieren Sie sich jetzt!
www.pflegenetzwerk-deutschland.de/thema-hitzeschutz

Was ist ein Hitze- maßnahmenplan?

Der Hitzemaßnahmenplan richtet sich an alle Beschäftigten der jeweiligen Einrichtung. In gut verständlicher Sprache und übersichtlicher Gestaltung informiert er über die gesundheitlichen Folgen von Hitze, Risikofaktoren und Maßnahmen bei Hitzeperioden, die jede Einrichtung umsetzen kann.

Förderung von Maßnahmen zur Klimaanpassung

Das Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz, nukleare Sicherheit und Verbraucherschutz (BMUV) fördert gezielt Klimaanpassungsmaßnahmen in sozialen Einrichtungen, z.B. in der Pflege. Gefördert werden Modellvorhaben für einen klimaresilienten und nachhaltigen Umbau. Bis 15. August 2023 können Anträge gestellt werden.

Eine Initiative von



Bundesministerium
für Gesundheit

**Pflege-
Netzwerk
Deutschland**

TIPPS ZUM WEITERLESEN

Infos zu praxiserprobten Maßnahmen zur Hitzeprävention in Pflegeeinrichtungen bietet die Plattform „Klima, Mensch, Gesundheit“ der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA):



„Tipps gegen Hitze Probleme“ für die Pflegepraxis gibt das Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) auf einer Übersichtsseite:



Online-Bildungsmodule im Umgang mit Hitze und Gesundheit bei älteren Menschen bündelt das Ludwig-Maximilians-Universitätsklinikum (LMU) München:



Musterhitzeschutzpläne für stationäre und ambulante Pflegeeinrichtungen, Schulungsmaterialien und Verhaltenstipps stellt das Aktionsbündnis Hitzeschutz Berlin bereit:



Einen Informationsdienst speziell für Alten- und Pflegeheime hat das Land Hessen 2004 gemeinsam mit dem Deutschen Wetterdienst (DWD) entwickelt:



Ein praxisnahes Werkzeug für die Planung und Umsetzung eigener Hitzeschutzmaßnahmen gibt es bei der BMG-geförderten Webplattform „hitzeservice.de“ der LMU München



Eine umfassende Empfehlung zu „Pflege im Umgang mit dem Klimawandel“ hat der Deutsche Berufsverband für Pflegeberufe (DBfK) e. V. veröffentlicht:



Alle Details zum Förderprogramm „Klimaanpassung in sozialen Einrichtungen“ durch das Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz, nukleare Sicherheit und Verbraucherschutz (BMUV) gibt es hier:



Den Newsletter „Hitzewarnungen“ gibt der Deutsche Wetterdienst (DWD) heraus. Er kann hier abonniert werden:



Eine Broschüre zum Thema „Pflege und Hitze – Informationen für pflegende Angehörige“ stellt das Bayerische Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit (LGL) bereit:



Eine allgemeine Information über das „Gesundheitsrisiko Hitze“ stellt das Bundesministerium für Gesundheit (BMG) auf einer Sonderseite zur Verfügung.



Impressum

Herausgeber:
Bundesministerium für
Gesundheit, Referat 422 –
Modell- und Informations-
maßnahmen
(Pflegenetzwerk Deutschland)

E-Mail:
kontakt@pflegenetzwerk-
deutschland.de
Web:
pflegenetzwerk-deutschland.de

Gestaltung:
ressourcenmangel
an der panke GmbH

Stand: Juli 2023

Eine Initiative von



**Pflege-
Netzwerk
Deutschland**