

Empfohlene Hitzeschutzmaßnahmen für Betreiberinnen und Betreiber von Pflegeeinrichtungen

Kurzfristige Maßnahmen

- Regelmäßige Kontrolle der Wasservorräte
- Anschaffung von Ventilatoren für eine bessere Luftzirkulation
- Installation von Thermometern mit Hydrometerfunktion zur Überwachung der Luftfeuchtigkeit
- Verwendung von Schattierungsfolien bei fehlender natürlicher Beschattung
- Anschaffung von Sonnensegeln oder Sonnenschirmen für zusätzlichen Sonnenschutz
- Abschaltung unnötiger Wärmequellen wie zum Beispiel Leuchtmittel und elektrische Verbraucher im Innenbereich
- Bereitstellung von ausreichend Getränken und Trinkpausen für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Mittelfristige Maßnahmen

- Anschaffung von Kühlschränken für die Zimmer der Bewohnerinnen und Bewohner
- Installation von Klimaanlage in den Räumen zur Medikamentenlagerung oder Zentralisierung des Medikamentenraums auf der Nordseite des Gebäudes
- Einsatz von Außenschattierungen für die Fensteranlagen zur weiteren Wärmeregulierung

Langfristige Maßnahmen

- Energetische Umgestaltung des Gebäudes (u.a. Dachbegrünung, Isolierung der Außenfassaden), um die Energieeffizienz zu verbessern
- Bei Neubauten der Bewohnerzimmer sollte eine Ausrichtung der Bewohnerzimmer nach Norden angestrebt werden
- Gartenumgestaltung:
 - Pflanzung von schattengebenden Bäumen, die besonders gut mit den veränderten klimatischen Bedingungen wie Trockenperioden umgehen können.
 - Anlage von Wasserspielen zur Schaffung von Verdunstungskälte und damit zur Temperaturreduzierung im Gartenbereich.

Informationen für das Pflegepersonal bei länger andauernder Hitze

Erkennen von gefährdeten Bewohnerinnen und Bewohnern

- Diabetiker haben häufig eine gestörte Hautdurchblutung, wodurch die Wärmeableitung geringer ist. Bei Polyneuropathien kann die Wärme- / Kältewahrnehmung gestört sein.
- Neurologische/ psychische Störungen, wodurch das Bewusstsein für hitzebedingte Risiken vermindert sein kann und die Mobilität eingeschränkt ist, um Flüssigkeit zu erhalten und zu sich zu nehmen.
- Herz-Kreislauferkrankungen/ Nierenerkrankungen, wodurch der periphere Kreislauf die Temperatur schlechter regulieren kann und das Risiko für Thrombosen erhöht ist.
- Bei Atemwegserkrankungen wie z.B. COPD oder chronischer Bronchitis kann die Kombination aus Hitze und dem häufig einhergehenden Anstieg von Luftverschmutzungen das Krankheitsbild verschlechtern.

Umgang mit Medikamenten

- Korrekte Lagerung der Medikamente: Überprüfung der Herstellerangaben für die Lagerung der Medikamente bei erhöhten Temperaturen.
- Bewohnerinnen und Bewohner mit transdermalem Pflaster (z.B. Fentanyl): Nicht direkter Sonneneinstrahlung aussetzen, da Wärme und Sonneneinwirkung die Wirkung des Medikaments verstärken können.
- Bei längerer andauernder Hitze: Rücksprache mit der behandelnden Ärztin bzw. dem behandelnden Arzt halten und ggf. Anpassung des Medikamentenplans, da viele Medikamente die natürliche Temperaturregulierung beeinflussen können.

Hierzu zählen beispielsweise:

- Schweißhemmung bei Antipsychotika, Antidepressiva, Antihistaminika, Muskelrelaxantien, Mittel gegen Parkinson
- Dehydration bei Diuretika

Pflegerische Maßnahmen

- Anpassung / Erhöhung der Trinkmenge unter Berücksichtigung der Grunderkrankungen (z.B. Niereninsuffizienz)
- Einführung von Trinkritualen, um eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr zu gewährleisten
- Angebot von wasserreichem Obst und Gemüse zur Förderung der Flüssigkeitsaufnahme
- Häufigere Kontrollen der Vitalzeichen
- Auf luftige Bekleidung achten (kein synthetisches Material, einschnürende Kleidung z. B. Miederwäsche reduzieren)
- Verwendung von dünneren Bettdecken und Baumwollbettbezügen oder nur Bettlaken
- Achten auf eine geeignete Kopfbedeckung als Sonnenschutz
- Anbieten von Fächern oder Handventilatoren zur Erfrischung
- Verwendung von Sonnencremes bzw. -lotionen
- Verlegung von Aktivitäten in die Morgen- bzw. Abendstunden, um die Hitze zu vermeiden
- Anbieten von kühlenden Arm- und Fußbändern
- Bei der Grundpflege auf Hitzesymptome wie zum Beispiel Hitzeausschlag, Hitzeödem usw. achten
- Beobachtung von Ausscheidungen, da dunkler Urin, Durchfälle oder Obstipationen auf einen gestörten Flüssigkeitshaushalt hinweisen können

Maßnahmen zur Senkung der Raumtemperatur

- Gut lesbare Thermometer in den Räumlichkeiten anbringen, ggf. mit Hydrometerfunktion, da hohe Luftfeuchtigkeit die Außentemperatur noch höher erscheinen lassen
- In den frühen Morgen- bzw. Abendstunden Lüften / Querlüften
- Rechtzeitiges Verdunkeln der Räumlichkeiten, um die Aufheizung durch direkte Sonneneinstrahlung zu minimieren
- Ausschalten elektronischer Geräte wie Lampen, Fernseher oder Computer, wenn sie nicht benötigt werden, da diese zusätzliche Wärme erzeugen können

Wichtig: Achten Sie bitte auch auf sich und Ihr Kollegium!