

# HEIME

Empfehlungen aus der Praxis für die Praxis

## Hitzemaßnahmenplan für Pflegeheime – Teil I

Gemeinsam mit stationären Altenpflegeeinrichtungen aus München hat das Institut und die Poliklinik für Arbeits-, Sozial- und Umweltmedizin am Klinikum der LMU München einen Hitzemaßnahmenplan für die stationäre Altenpflege erarbeitet.

Von Hanna Mertes

**München //** Wie erkenne ich, wenn Bewohner und Bewohnerinnen besonders durch Hitze gefährdet sind? Wie können Mitarbeitende für Hitze sensibilisiert werden? Wie können Küche, Sozialdienst, Haustechnik und weitere Gruppen eingebunden werden? Welche Maßnahmen kann das Qualitätsmanagement etablieren? Wie kann sich die Einrichtung umfassend vorbereiten? Fragen wie diese stellen sich vermehrt, da der Klimawandel Deutschland heißere Sommer mit mehr Hitzetagen  $\geq 30^\circ\text{C}$ , tropisch warmen Nächten  $\geq 20^\circ\text{C}$  und Hitzeperioden (mindestens 3 aufeinanderfolgende Hitzetage) bringt.

### Hitzefolgen für die Gesundheit

Aktuelle Auswertungen zeigen, dass die durchschnittliche Temperatur in Deutschland bereits um  $1,5^\circ\text{C}$  gestiegen ist (weltweit:  $1,0^\circ\text{C}$ ). Diese zwar zahlenmäßig geringen Werte bedeuten einen starken Einschnitt in das fein austarierte Klimasystem, mit Folgen für die menschliche Gesundheit, wie Auswertungen zur hitzebedingten Sterblichkeit zeigen. So wurden im Jahr 2018 in Hessen ca. 740 und in Berlin ca. 490 Todesfälle der Hitze zugeschrieben. Betroffenen waren vor allem die Altersgruppen ab 65 Jahren, die Betroffenheit stieg mit zunehmendem Alter (85+, 300/100 000 Einwohner) an. Auch hitzebedingte Krankenhauseinweisungen und eine generelle Beeinträchtigung der Gesundheit (z. B. Kopfschmerzen, Schwindel, Schlaflosigkeit) spielen hierbei eine wichtige Rolle. Mit steigendem Alter nimmt

die Thermoregulationsfähigkeit des menschlichen Körpers ab: Die Transpiration ist geringer und setzt später ein, weniger Blut wird Richtung Haut transportiert, die kardiovaskuläre Leistungsfähigkeit sinkt. Weitere Risikofaktoren für hitzebedingte Erkrankungen kommen gehäuft sowohl im Alter als auch bei Pflegebedürftigkeit vor. Dies sind unter anderem chronische und akute Erkrankungen, Medikamenteneinnahme, Immobilität, Schmerzen, Demenz und Bettlägerigkeit.

Aus diesen Gründen hat sich das Institut und die Poliklinik für Arbeits-, Sozial- und Umweltmedizin 2018 mit Münchner Pflegeeinrichtungen zusammengetan, um einen praxisnahen Maßnahmenplan zu erarbeiten. Auf Basis einer Bedarfserhebung in den Einrichtungen, einer im Sommer 2019 durchgeführten Pilotphase, anschließender Evaluierung und Überarbeitung ist das Ergebnis nun seit Juni veröffentlicht. Der Maßnahmenplan ist in einem übersichtlichen Design und gut verständlicher Sprache gehalten. Sein Ziel ist es, alle Mitarbeitenden stationärer Altenpflegeeinrichtungen anzusprechen. Vernetzung und Kommunikation zur Prävention hitzebedingter Gesundheitsprobleme, auch mit externen Gruppen, sind dabei wichtige Punkte.

### Inhalte des Maßnahmenplans

Dementsprechend ist der Maßnahmenplan aufgebaut: der erste Part, Gut zu wissen, informiert über die gesundheitliche Bedeutung von Hitze, den damit verbundenen Gesundheitsfolgen und -risiken sowie über die Risikofaktoren und die besondere Be-

### HITZESCHUTZMASSNAHMEN

#### Vorbereitet sein

- > Qualitätsmanagement beteiligen
- > Struktur-Prozess-Ergebnisqualität zu Hitzeschutz umsetzen
- > Interdisziplinäre Mitarbeiterschulungen
- > Hitzewarnungen abonnieren
- > Sommerspeiseplan bereithalten

#### Kommunizieren

- > zwischen und mit allen Mitarbeitenden und Berufsgruppen
- > mit Angehörigen und weiteren Einrichtungsexternen

#### Pflegen und hitzebedingten Gesundheitsproblemen vorbeugen

- > Gefährdete Bewohner und Bewohnerinnen erkennen
- > Medikationsplan beachten
- > Auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr achten

- > Vorbereitet sein: wichtige Maßnahmen kennen und umsetzen können, berufsgruppenübergreifend und aufeinander abgestimmt

#### Hitzeexposition gering halten

- > Dem Körper Wärme entziehen
- > Kühlhalten der Innenräume (verschatten, nächtliches Lüften)
- > Kühle Räumlichkeiten vorhalten
- > Schattiger, grüner Außenbereich
- > Tagesplanung anpassen
- > Körperliche Aktivität vermeiden

#### Erhöhte Aufmerksamkeit gegenüber

- > Bewohnern und Bewohnerinnen
- > Kollegen und Kolleginnen
- > sich selbst!

deutung für die Altenpflege. Part 2, Praktische Maßnahmen vor und während Hitze, gibt praktische Tipps speziell für die Pflege und enthält eine Checkliste zur Identifizierung besonders gefährdeter Bewohner und Bewohnerinnen. In Part 3, Einbinden und Vernetzen, werden dann die Po-

tenziale der Zusammenarbeit verschiedenster Gruppen thematisiert und aufgezeigt, wie beispielsweise die Haustechnik oder Mitarbeitende an der Pforte eingebunden werden können. Die Informationen zur Nutzung der Außenbereiche oder zum Kühlhalten der Räumlichkeiten ergänzen

dies. Den Praxistipps für das Qualitätsmanagement widmet sich Part 4 des Maßnahmenplans. Anhand des Schemas Struktur-, Prozess-, Ergebnisqualität werden detaillierte Vorschläge zur Integration in das einrichtungsinterne Qualitätsmanagement gegeben. Als weiterführende Materialien (Part 5, Anhänge und Kopiervorlagen) können die Einrichtungen ein Poster mit den wichtigsten Tipps sowie Informationsblätter für Angehörige/den Besuchsdienst, die Bewohner, die (externe) Küche sowie die Ärzteschaft und Apotheke nutzen. Zur Sensibilisierung und Einführung der Mitarbeitenden in den Hitzemaßnahmenplan stehen Schulungsmaterialien inklusive Fallbeispielen zur Verfügung. Diese richten sich entweder speziell an die Pflege oder sind in interdisziplinärer Zusammenarbeit zu lösen.

Der Hitzemaßnahmenplan kann auf [bit.ly/Hitzemaßnahmenplan](https://bit.ly/Hitzemaßnahmenplan) kostenlos heruntergeladen und vielfältig verwendet werden. In der nächsten Ausgabe werden Maßnahmen zum Hitzeschutz für pflegerisches Personal behandelt, wenn gleichzeitig Infektionsschutzmaßnahmen zu ergreifen sind.

■ Die Autorin ist Projektleiterin am Institut für Arbeits-, Sozial- und Umweltmedizin, AG Globale Umweltgesundheit am LMU Klinikum.