KLINIKUM NÜRNBERG

KLUG
Deutsche Allianz
Klimawandel und Gesundheit

Prävention von gesundheitlichen Hitzeschäden

Handlungsmöglichkeiten in der Pflege

Risikopersonen überwachen

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

Angehörige einbinden

- über geeignete Kleidung, Abkühlung und Trinkverhalten informieren
- regelmäßige Erinnerungen und Kontaktaufnahmen anregen
- können bei der Umgestaltung des Wohnraums helfen

Körperbedeckung anpassen

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

Auf Sonnenschutz achten

- regelmäßig Sonnencreme benutzen
- in Schatten bzw. kühle Orte begeben

Aktivitäten anpassen

- Hitzestunden vermeiden
- Unternehmungen und Therapieangebote anpassen

Räume kühl halten

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

Medikamente prüfen lassen

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

Vorräte kontrollieren

- genügend Getränke und Hilfsmittel für Hitzeperioden bereithalten

Körper kühl halten

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

Regelmäßig kontrollieren

- Körpertemperatur
- Exsikkosezeichen, ggf. wiegen
- Symptome von Hitzeerkrankungen

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

Hilfsmittel bereitstellen

- z.B. Fächer, Ventilatoren, nasse Tücher
- Ventilatoren bis 35°C einsetzbar

KLUG – Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit e.V.
www.klimawandel-gesundheit.de

Herausgeber: KLUG – Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit e.V., Hainbuchenstr. 10a, 13465 Berlin, E-Mail: kontakt@klimawandel-gesundheit.de
Stand: Mai 2022

Quellen: LMU München (2021): Hitzemaßnahmenplan für stationäre Einrichtungen der Altenpflege – Empfehlungen aus der Praxis für die Praxis, München.
KLUG e.V. (2021): Informationsblatt „Informationen für Pflegeheimleitungen zum Gesundheitsschutz Ihrer Bewohner*innen bei Hitzewellen unter Berücksichtigung der Corona-Situation", Berlin.
WHO Regionalbüro für Europa (2019): Gesundheitshinweise zur Prävention hitzebedingter Gesundheitsschäden – neue und aktualisierte Hinweise für unterschiedliche Zielgruppen, Kopenhagen.