



## Merkblatt zum Hitzeschutz für Kliniken

Hohe Temperaturen und Hitzeperioden können für die Bevölkerung eine große gesundheitliche Belastung darstellen. Ältere und pflegebedürftige Menschen, sowie erkrankte Personen zählen hierbei zu den besonders hitzevulnerablen Gruppen. Auch Kinder und Schwangere sind bei Hitze stark gefährdet. Hitze kann in dieser Zielgruppe zu verschiedenen gesundheitlichen Beeinträchtigungen führen. Um diese weitestgehend zu vermeiden, ist es wichtig, Patientinnen und Patienten, sowie die Mitarbeitenden, durch bestimmte Maßnahmen vor den Gefahren der Hitze zu schützen.

### Wichtig - informieren und vorbereiten:

- Verfolgen Sie Hitzewarnungen im Fernsehen, im Radio, in der Zeitung oder im Internet, wie beispielsweise auf der Internetseite des Deutschen Wetterdienstes
- Im Idealfall haben Sie den Newsletter des Deutschen Wetterdienstes (DWD) abonniert – so sind Sie immer über eine bevorstehende Hitzewelle informiert
- Registrierung über folgenden Link:  
[https://www.dwd.de/DE/service/newsletter/form/hitzewarnungen/hitzewarnungen\\_node.html](https://www.dwd.de/DE/service/newsletter/form/hitzewarnungen/hitzewarnungen_node.html)
- Alternativ: Nutzung der WarnWetter-App des DWD (Download durch Scannen des QR-Codes)
- Weisen Sie Patientinnen und Patienten, sowie Angehörige, auf die Auswirkungen von Hitze und Empfehlungen zum Verhalten bei Hitze hin
- Stellen Sie Informationsmaterialien bereit (z.B. Merkblätter, Flyer, Poster etc.)



### Empfehlungen für das Klima im Haus und in den Räumen (Ziel: < 26°C)

- Lüften in den frühen Morgenstunden bzw. nachts
- Fenster tagsüber geschlossen halten und abdunkeln
- Wenn vorhanden, Ventilatoren oder Klimaanlage für Luftzirkulation nutzen
- Unnötige Wärmequellen wie Lampen und elektrische Geräte abschalten, wenn diese nicht zwingend benötigt werden

### Empfehlungen für organisatorische Maßnahmen:

- Ausreichend Getränke für Patientinnen und Patienten bereitstellen
- Bereitstellen von kostenlosen Getränken in Wartebereichen
- Identifizieren von gefährdeten Patienten bei Aufnahme und Visite:
  - Hitzebedingtes Gesundheitsrisiko erfassen
  - Behandlungsplanung und Maßnahmen entsprechend ausrichten

### Besondere Beachtung von gefährdeten Gruppen sowie Medikamentenanpassung:

- Gefährdete Personen bei der Aufklärung hitzebedingter Gesundheitsgefahren priorisieren
- Gefährdete Personen intensiver auf hitzebedingte Symptome beobachten
- Falls praktikabel, stark gefährdete Patientinnen und Patienten in kühlere Zimmer verlegen
- Abklären der optimalen Trinkmenge
- Die Medikamentenliste überprüfen und ggf. anpassen  
(die beigefügte Heidelberger Hitze-Tabelle bietet eine Übersicht, welche Medikamente einen Einfluss auf die Thermoregulation haben)
- Patientinnen und Patienten auf die korrekte Lagerung der Medikamente hinweisen

**Sie haben bereits ein Konzept zum Hitzeschutz in ihrer Einrichtung oder würden gerne eines etablieren?**

Wir freuen uns, wenn Sie uns Ihren Entwurf oder Ihre Fragen zum Thema per Mail an [hitzeaktionsplan@landkreis-ludwigsburg.de](mailto:hitzeaktionsplan@landkreis-ludwigsburg.de) senden.



### **Lagerung von Medikamenten:**

- Auf die korrekte Lagerung von Medikamenten achten
- Medikamente trocken lagern und direkte Sonneneinstrahlung vermeiden (auch Patientinnen und Patienten darauf hinweisen)
- Ausstattung der Medikamentenkühlschränke mit Thermometern, Durchführung regelmäßiger Kontrollen der Kühlschranktemperatur

### **Allgemeine Empfehlungen zum Hitzeschutz:**

- Mittagssonne (11 Uhr bis 16 Uhr) meiden
- Aktivitäten (z.B. Spaziergänge) auf den Vormittag, oder die Abendstunden legen
- Körperliche Anstrengung bei Hitze vermeiden
- Direkte Sonneneinstrahlung vermeiden
- Auf angepasste Kleidung und Sonnenschutz achten:
  - Schuhe die den Fußrücken bedecken
  - Leichte, helle Kleidung (z.B. aus Baumwolle, Leinen, Viskose)
  - Sonnenbrille und Kopfbedeckung im Freien
- Mindestens eine halbe Stunde vor dem Aufenthalt im Freien, sollte Sonnenschutzmittel mit einem Lichtschutzfaktor (LSF) von mind. 30 aufgetragen werden
- Über Möglichkeiten zur Abkühlung aufklären wie z.B.: Hände, Arme, Nacken oder Stirn mit Wasser kühlen, z.B. mit feuchten Tüchern/Wassersprays/Kühlpacks

### **Empfehlungen zum Speise- und Getränkeangebot:**

- Auf eine ausreichende Trinkmenge bei Patientinnen und Patienten achten:
  - Patientinnen und Patienten an das Trinken erinnern
  - Geeignete Getränke: Wasser, ungesüßte Kräuter- oder Früchtetees, sowie Fruchtsaftchorlen (1 Teil Saft auf 3 Teile Wasser)
  - Getränke sollten nicht zu kühl sein
  - Auf eine ausreichende Elektrolytzufuhr achten (z.B. mithilfe von Saftchorlen, Brühe)
- Grundsätzlich sollte leichte Kost angeboten werden (fettreiche, deftige Speisen möglichst vermeiden)
- Wasserreiche Nahrungsmittel, wie Obst und Gemüse anbieten (z.B. Melone, Gurke, Tomaten ...)
- Wasserreiche Speisen wie Kaltschalen in den Speiseplan integrieren
- Küchenmitarbeitende entsprechend sensibilisieren

### **Schutz der Mitarbeitenden:**

- Besprechen der kommenden Hitzewelle und der entsprechenden Maßnahmen im Team
- Anbieten von kostenlosen Getränken
- Leichte, atmungsaktive Dienstkleidung bereitstellen
- Wenn möglich, flexiblere Pausenzeiten anbieten, ggf. Verlängerung der Pausenzeiten
- Gegenseitige Unterstützung und aufeinander achtgeben, insbesondere ältere Mitarbeitende schützen

**Sie haben bereits ein Konzept zum Hitzeschutz in ihrer Einrichtung oder würden gerne eines etablieren?**

Wir freuen uns, wenn Sie uns Ihren Entwurf oder Ihre Fragen zum Thema per Mail an [hitzeaktionsplan@landkreis-ludwigsburg.de](mailto:hitzeaktionsplan@landkreis-ludwigsburg.de) senden.