



# HIGELA

Auswirkungen von Hitze

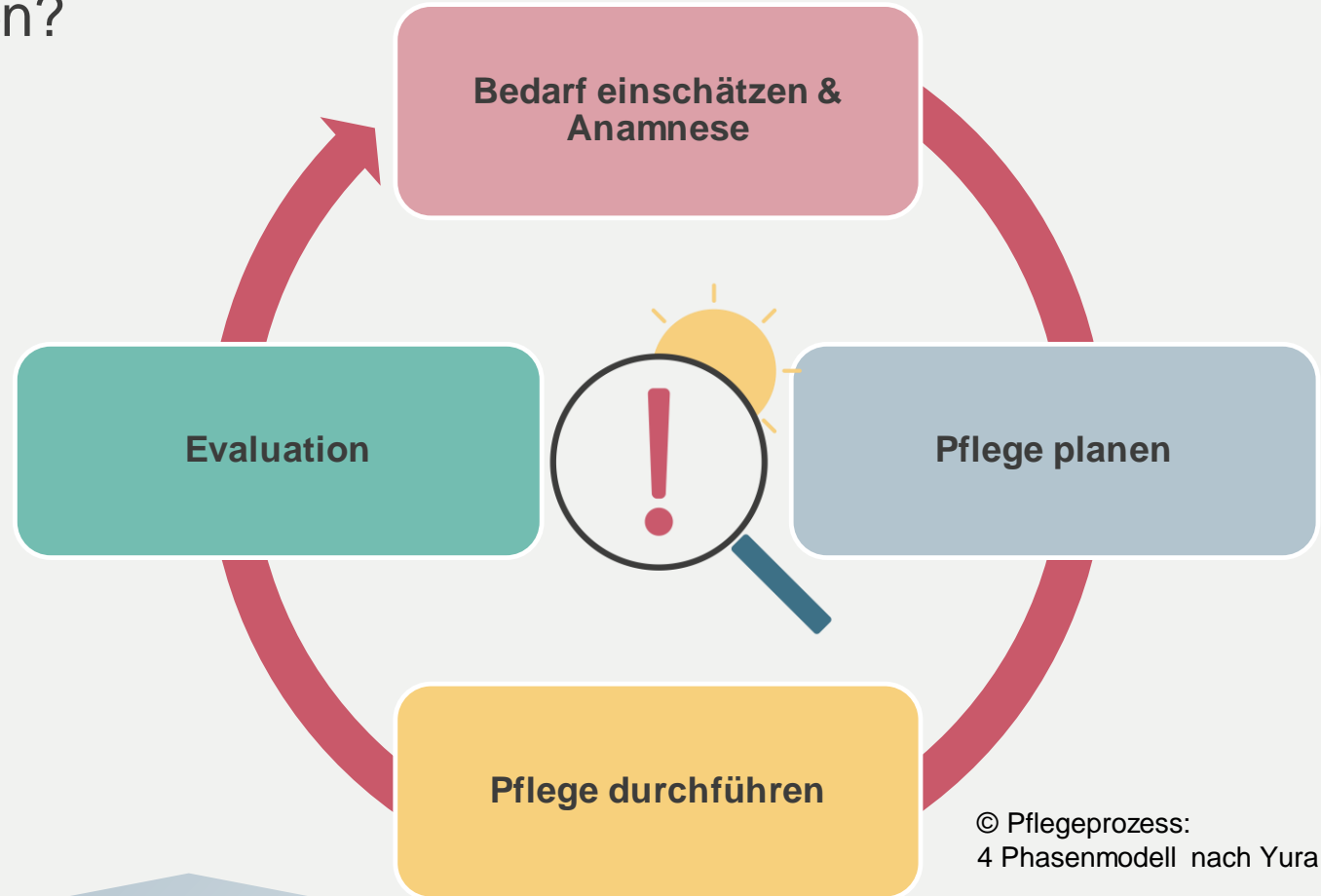
auf die Gesundheit und Pflegepraxis

Herzlich willkommen !



## Wie können wir eine professionelle pflegerische Versorgung sicherstellen?

Woran können wir uns orientieren?



© Pflegeprozess:  
4 Phasenmodell nach Yura und Walsh

- Welche Bewohner\*innen sind besonders gefährdet?
  - Bestehende Pflegeplanung und Betreuungsbeziehung bieten einen hilfreichen Überblick
  - Wichtige Faktoren mit Blick auf Hitze:
    - Pflegegrad, Mobilität & Allgemeinzustand
    - Erkrankungen, Wunden & Medikamente
    - individuelle Sensibilität (Biografie)
    - Lage des Zimmers
  - Risikoeinschätzung aktualisieren:
    - u.a. Dekubitus, Sturz, Schmerz



Wie könnte das in der Praxis aussehen?

Welche Kleidung trägt die Bewohnerin bei Hitze?

Bewegungsdrang bei Demenz?

Sturzrisiko erhöht?

Wohnbereich im Dachgeschoss?

Trinkt die Bewohnerin selbstständig?

Nimmt die Bewohnerin Medikamente zur Beruhigung?

- Auf Grundlage Ihrer pflegefachlichen Einschätzung
- Im Idealfall schon vor dem Sommer die Pflegeplanung/SIS überprüfen
  - Hitzebedingten Probleme, Fähigkeiten und Ressourcen erfassen
  - Hitzerelevante Pflegeziele definieren
  - Pflegemaßnahmen zur Förderung der Hitzeresilienz planen



Wie könnte das in der Praxis aussehen?

## **Probleme, Fähigkeiten und Ressourcen:**

Die Bewohnerin:

- Hat einen Bewegungsdrang aufgrund von Demenz
- Nutzt den Rollator, vergisst ihn jedoch teilweise
- Nutzt gerne das Angebot von Kraft- und Balanceübungen
- Hat ein erhöhtes Risiko von gesundheitsgefährdeten Komplikationen aufgrund der Hitzeexposition und körperlichen Belastung während Hitze
- Hat eine erhöhte Sturzgefahr durch Hitzebelastung

## **Hitzerelevante Pflegeziele:**

Die Bewohnerin:

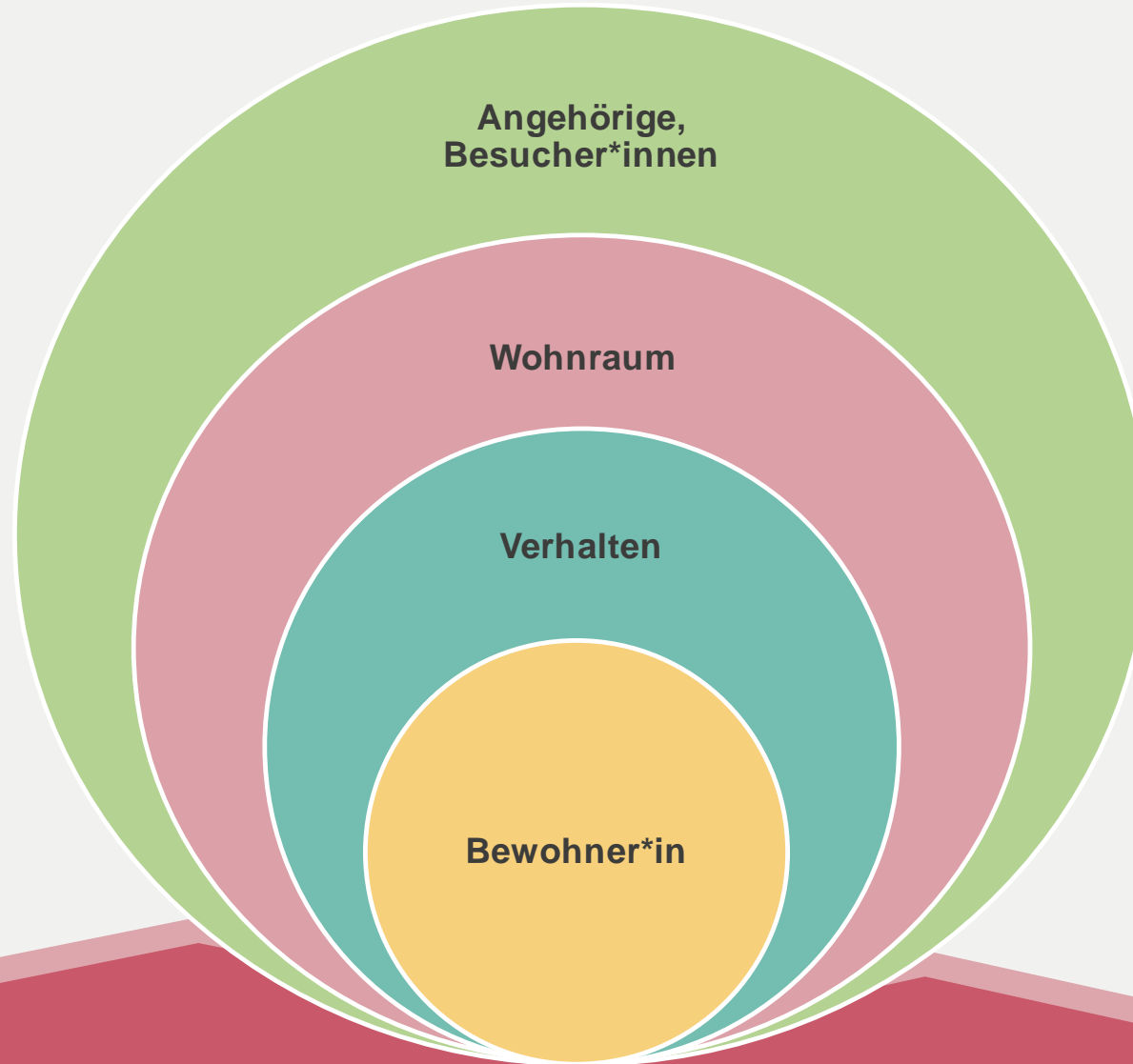
- nutzt den Rollator und das Sturzrisiko ist reduziert
- Besitzt genug Kraft und Koordinationsvermögen, um sicher zu gehen
- Erleidet keine hitzebedingten Komplikationen
- Erhöhte Sturzgefahr ist erfasst und wird durch Sturzprophylaxe kompensiert

Wie könnte das in der Praxis aussehen?

## **Pflegemaßnahmen zur Förderung der Hitzeresillienz planen:**

- Die Bewohnerin wird an die Nutzung des Rollators erinnert
- Der Bewohnerin werden regelmäßige Kraft- Balanceübungen durchgeführt
- Es wird auf eine sturzsichere Umgebung geachtet
- Die Pflegeperson führt Maßnahmen zur Sturzprophylaxe nach Expertenstandard durch
- Das Sturzrisiko während Hitze wird von der Pflegefachperson evaluiert
- Während Hitze wird die Bewohnerin beim Gehen durch Pflegende, Angehörige, Ehrenamtliche begleitet
- Es werden soziale Angebote/Betreuung während der Hitze initiiert, um den Bewegungsdrang und die Exposition zu reduzieren
- Der Bewohnerin werden Lieblingsgetränke angeboten und es wird zum Trinken motiviert
- Pflegefachliche Beobachtung des AZ während Hitze
  - Ggf. regelmäßige Vitalzeichenkontrolle
  - Einschätzung der Hydratation
  - Ggf. Medikamentenplan mit versorgenden Mediziner\*innen anpassen

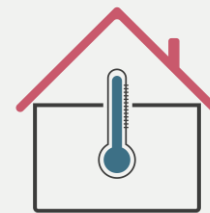
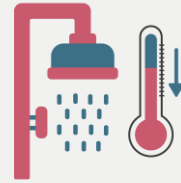
Ansatzpunkte von Pflegemaßnahmen zur Förderung der Hitzeresilienz





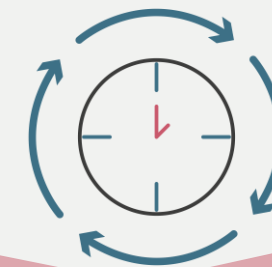
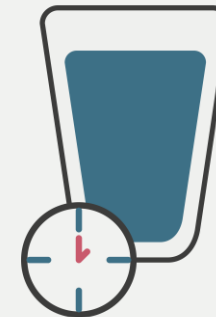
# Pflege durchführen

- pflegerelevanten Hitzeschutzmaßnahmen bei Hitze priorisieren
- Maßnahmen zur Unterstützung der Körperkühlung
  - körperwarme Waschungen
  - körperwarme Duschen,
  - Fußbäder,
  - kalte Wickel
- AZ-Kontrolle und Beobachtung
- Kleidung anpassen
  - Weit, leicht, atmungsaktiv
  - Hell statt dunkel
  - Kopfbedeckung und Sonnenbrille
- Aufenthalt in kühlen Räumen fördern



Bewohner\*in

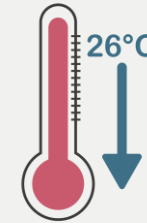
- Essverhalten anpassen
  - Speisen mit hohem Wassergehalt
  - Elektrolytreiche Kost
  - Leichte, mediterrane Kost
- Trinkverhalten anpassen und fördern
  - Nicht eiskalt
  - Über den Tag verteilt trinken
  - Ggf. besonderes Angebot schaffen



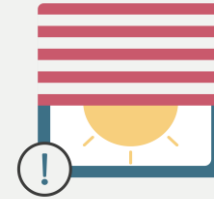
- Tagesablauf anpassen
  - Therapien, anstrengende Pflegemaßnahmen, soziale Angebote verschieben
  - Körperliche Aktivität reduzieren
  - Aufenthalt in heißen Bereichen meiden
  - Siesta halten

# Pflege durchführen

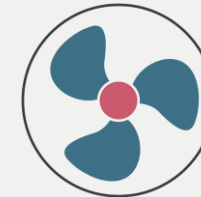
- Strukturierte Temperaturerfassung in den Räumen



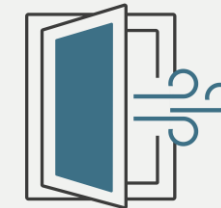
- Beschattung fördern
  - Rollläden und Vorhänge nutzen



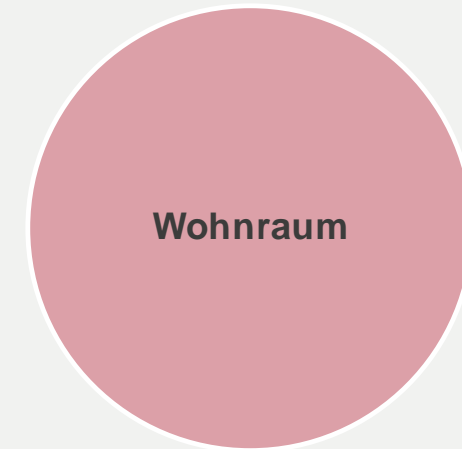
- Hilfsmittel nutzen
  - Fächer, Ventilator, nasse Tücher aufhängen
  - Zimmerpflanzen (Verdunstung kühlt den Raum)



- Lüften
  - Zu den kühlen Tageszeiten frühmorgens und nachts
  - Fenster tagsüber geschlossen halten

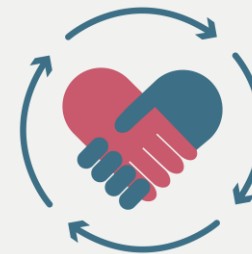
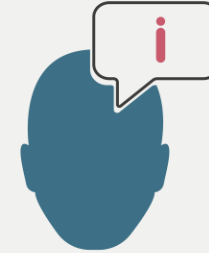


- Elektrogeräte wenn möglich abschalten



# Pflege durchführen

- Besuchende und An- und Zugehörige informieren
  - Infomaterialien
  - Beratungsgespräche
- Ehrenamtliche, Besuchende mit einbeziehen
  - Beobachtung der Bewohner\*innen
  - Ggf. Unterstützung beim Trinken
- Transparenz schaffen über geänderte Tagesabläufe





- Wurden die hitzerelevanten Pflegeziele erreicht?
- Konnten Komplikationen vermieden werden?
  - KH-Einweisungen?
  - Hitzerelevante Sterbefälle?
  - Stürze?
  - Wohlbefinden der Bewohner\*innen?
- Welche Pflegemaßnahmen müssen angepasst werden?
  - Sensibilisierung?

**Vielen Dank !**



wird gefördert vom



Bundesverband e.V.

**Elisabeth Olfermann**

Tel.: +49 151 61580196

E-Mail: [elisabeth.olfermann@awo.org](mailto:elisabeth.olfermann@awo.org)



Deutsche Allianz  
Klimawandel und Gesundheit

**Felix Bittner**

Tel.: +49 151 68531181

E-Mail: [felix.bittner@klimawandel-gesundheit.de](mailto:felix.bittner@klimawandel-gesundheit.de)



Deutsche Allianz  
Klimawandel und Gesundheit

**David Vogel**

Tel.: +49 173 8902583

E-Mail: [david.vogel@klimawandel-gesundheit.de](mailto:david.vogel@klimawandel-gesundheit.de)