

Nathalie Nidens

AUSWIRKUNGEN VON HITZE AUF GESUNDHEIT & PFLEGEPRAXIS

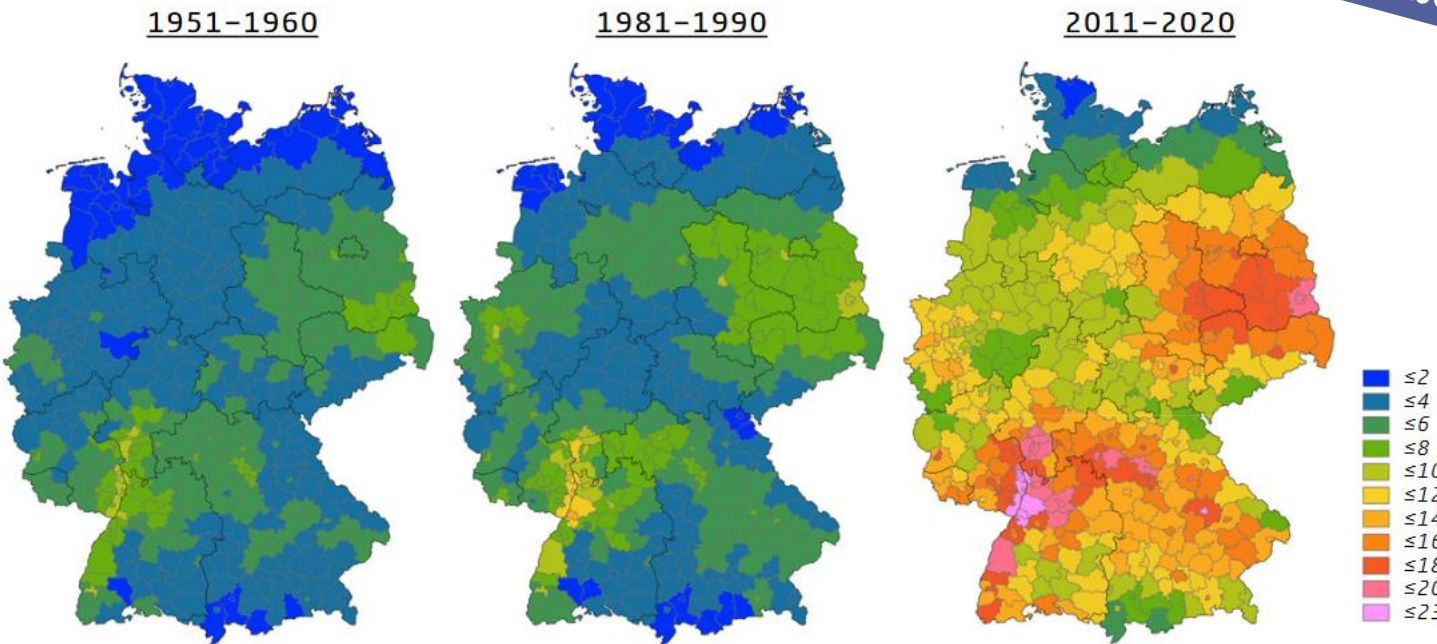
HIGELA Hitzeresilienzprogramm 2024

Schwerpunktveranstaltung

Klimawandelfolgen: Es wird heiß in Deutschland

2023: \varnothing 11,5 heiße Tage

Mittlere Anzahl heißer Tage pro Jahr, je Kreis und Dekade



Quelle: VdS GeoVeris; Datenbasis DWD, Nationale Klimaüberwachung
© www.gdv.de | Gesamtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft (GDV)



Heiße Tage ($T \geq 30 \text{ °C}$)

1951-1960: \varnothing 3,6 Tage

2011-2020: \varnothing 11,1 Tage

Häufigkeit/Intensität/Dauer von
Hitzewellen: \uparrow

Bildquelle: Gesamtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft

Was passiert bei Hitze im Körper?

- Körperkerntemperatur 37°C → optimale Funktion des Organismus
- Abweichung um $\pm 0,5^\circ\text{C}$ → Abläufe im Körper funktionieren noch normal
- Überschreitung von $+ 0,5^\circ\text{C}$ → Kühlmechanismen werden eingeleitet

Was passiert bei Hitze im Körper?



Schweißproduktion → Flüssigkeits- und Salzverlust → Dehydrierung

→ *Belastung für Nieren*



gesteigerte Hautdurchblutung → Blutdruckabfall → gesteigerte Herzfrequenz

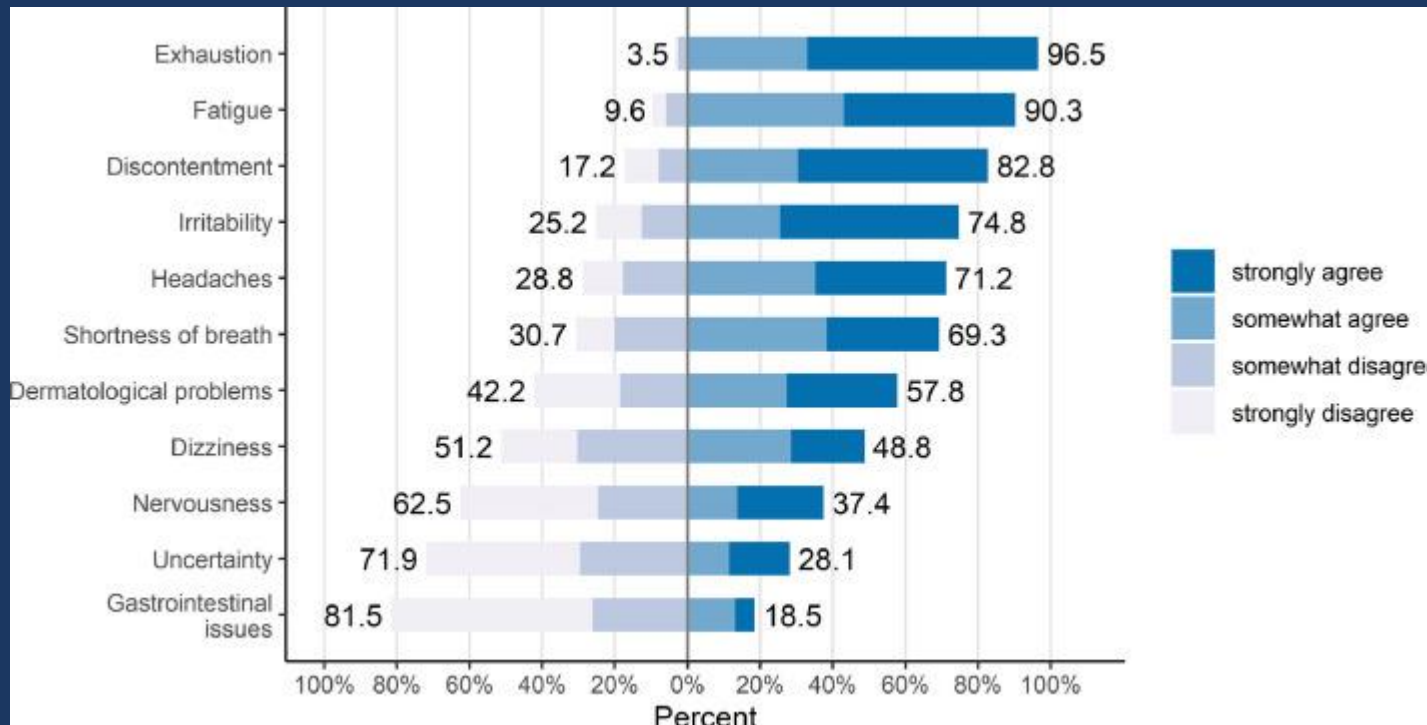
→ *Herz-Kreislauf-Belastung*

Wer ist besonders gefährdet?



Wer ist ebenfalls betroffen?

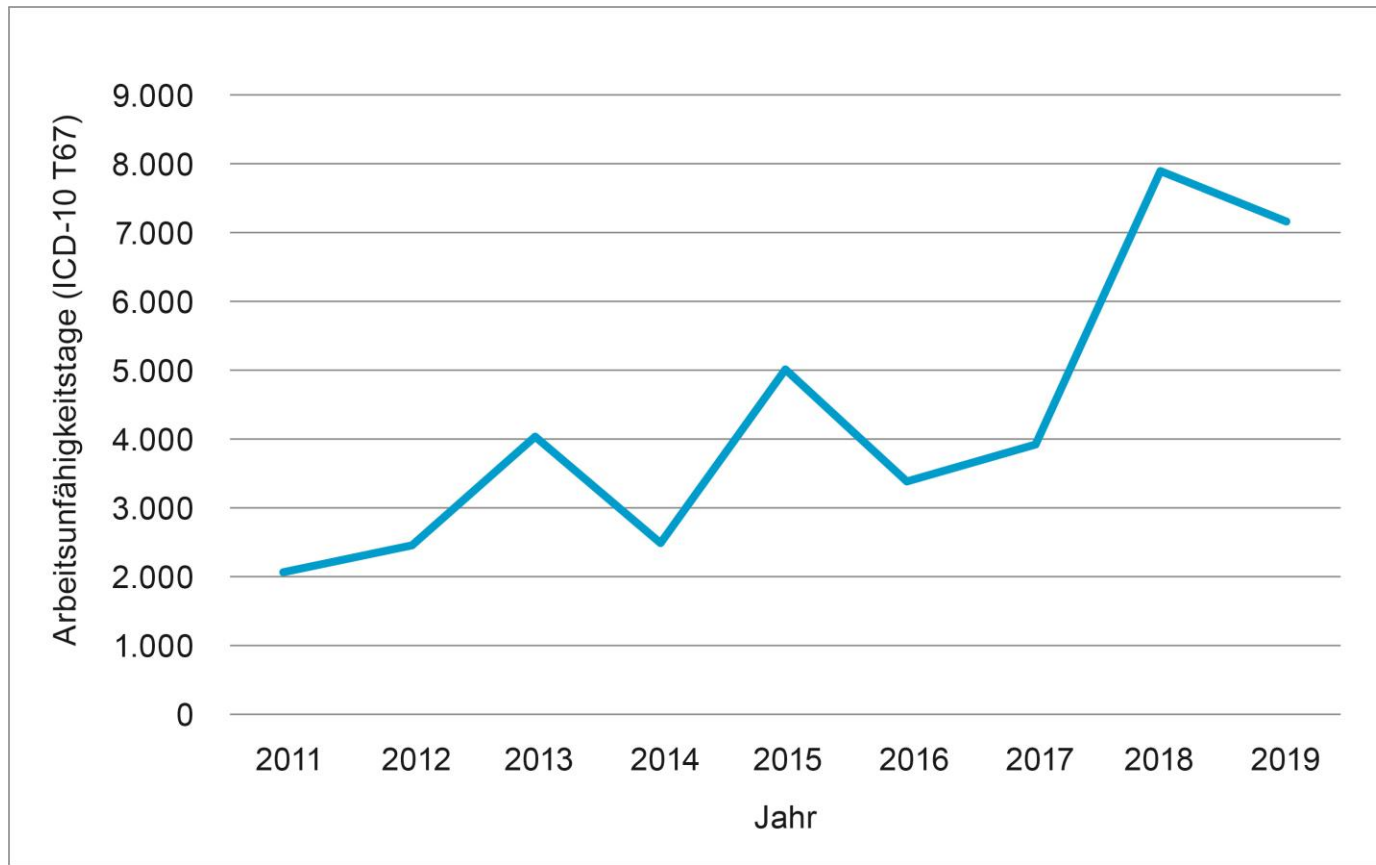
Befragung von 428 Pflegepersonen im Sommer 2020:



Auch Gesundheitspersonal
v.a. in Kombination mit
Persönlicher
Schutzausrüstung betroffen.

Quelle: Jegodka et al. 2021

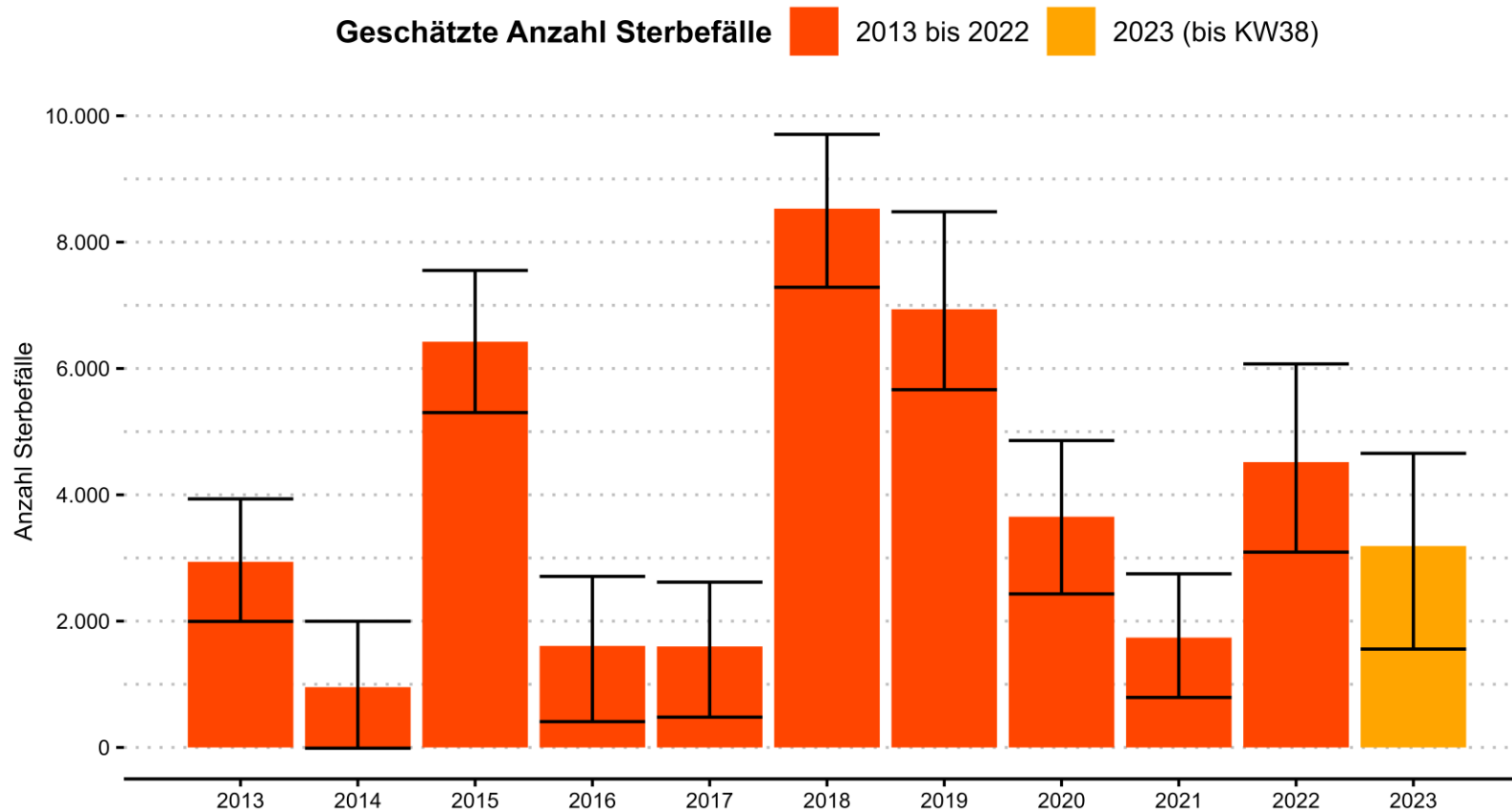
Hitzebedingte Arbeitsunfähigkeit



Quelle: Quartucci & Böhm 2022

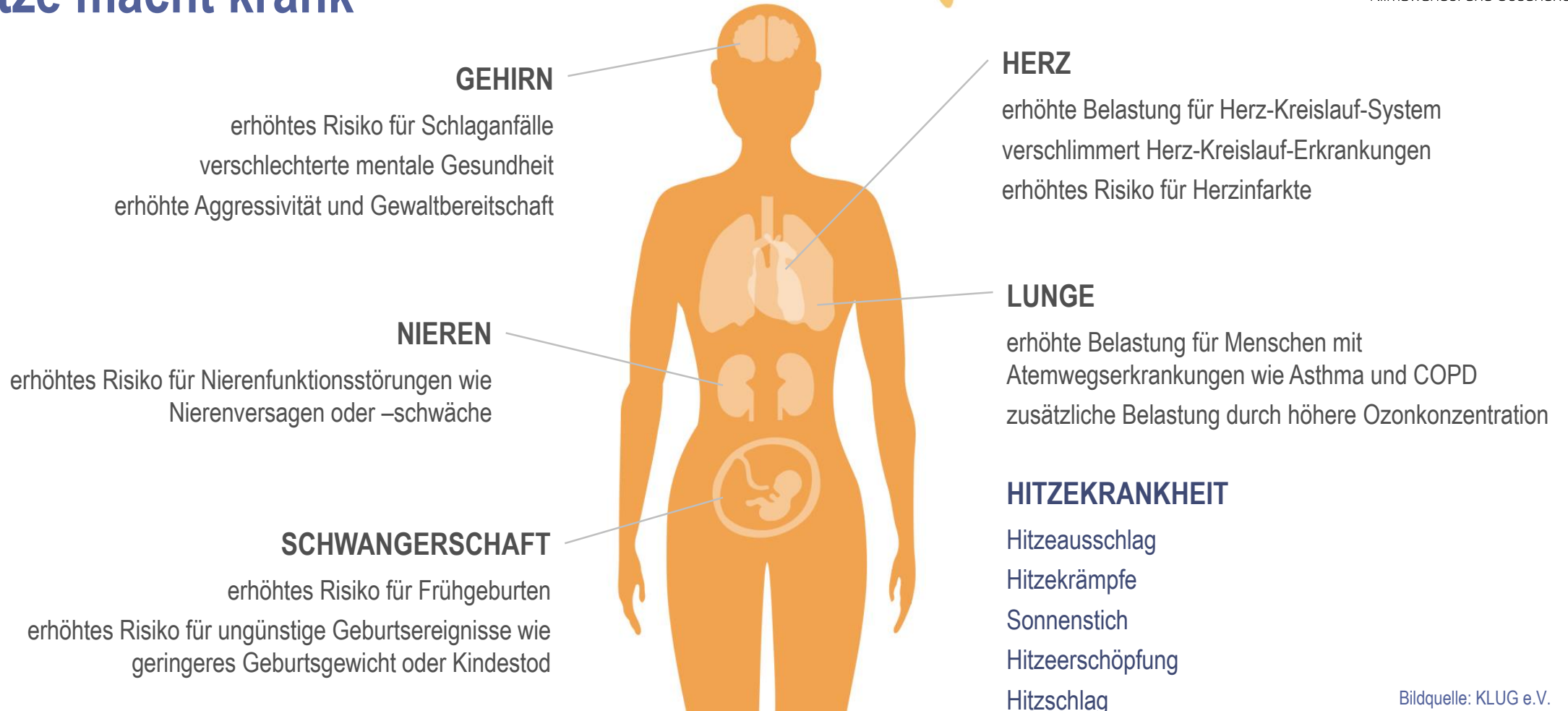
ICD-10 T67:
Hitzschlag und Sonnenstich,
Hitzeerschöpfung,
Hitzekrampf....

Hitze ist tödlich



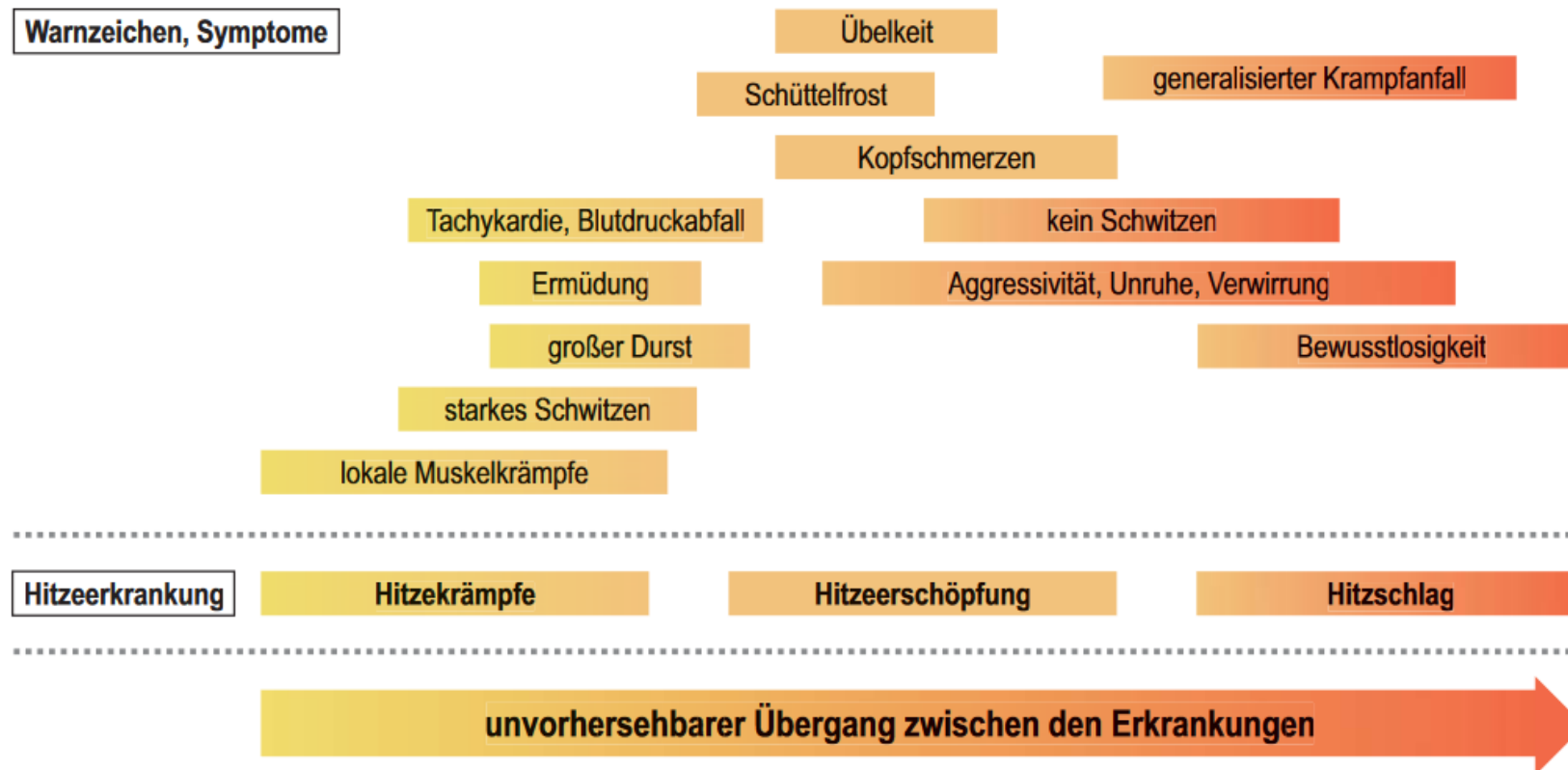
Quelle: Robert-Koch-Institut (2023)

Hitze macht krank



Bildquelle: KLUG e.V.

Spektrum der Hitzekrankheit



Quelle: Leyk D et al. (2019) Gesundheitsgefahren und Interventionen bei anstrengungsbedingter Überhitzung

Hitzebedingte Erkrankungen



Hitzeausschlag

kleine rote juckende Papeln



lockere Kleidung, Haut trocken halten, ggf. Zinkschüttelmixtur auftragen



Hitzekrämpfe

schmerzhafte Muskelkrämpfe, oft nach intensiver körperlicher Anstrengung



an kühlen Ort bringen, Muskeln massieren, Getränke anbieten



Hitzekollaps

kurzzeitiger Bewusstseinsverlust, Schwindel, „Schwarz vor Augen“



an kühlen Ort bringen, flache Lagerung mit erhöhten Beinen, Getränke anbieten



Sonnenstich

roter, heißer Kopf, Kopfschmerzen, Nackensteifigkeit, Übelkeit und Erbrechen



aus der Sonne an kühlen Ort bringen, Kopf erhöht lagern und kühlen, Getränke anbieten, **bei Verschlechterung oder Bewusstlosigkeit Notruf absetzen!**



Hitzeerschöpfung und Hitzschlag

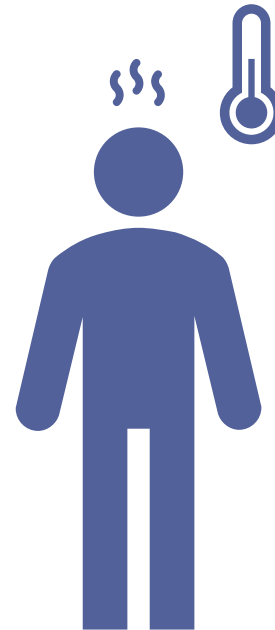
Hitzeerschöpfung

Kalte, feuchte Haut

Körpertemperatur unter 40°C

Kopfschmerzen, Unwohlsein, Schwäche,
Müdigkeit, Appetitlosigkeit, Übelkeit und
Erbrechen, Kreislaufkollaps

Übergang in Hitzschlag möglich!



Hitzschlag

Rote, heiße und trockene Haut

Körpertemperatur über 40°C

zusätzlich:
Bewusstseinsstörungen bis
Bewusstlosigkeit, Krampfanfälle

Lebensgefährlich!

Erste-Hilfe-Maßnahmen bei Hitzefällen

Bei Verdacht auf Hitzschlag oder fehlender Besserung bzw. Zustandsverschlechterung:

1. Notruf **112 wählen**
2. Person an einen **kühlen, schattigen Ort** bringen
3. **Kleidung öffnen** bzw. entfernen
4. **Körper abkühlen** (z.B. Kühlakku auf Nacken, Achselhöhlen und Leisten oder feuchte Umschläge)
5. Mineralwasser oder Fruchtsaft zum **Trinken anbieten**

QUELLEN

- Umweltbundesamt (2019): [Monitoringbericht 2019 zur deutschen Anpassungsstrategie an den Klimawandel Monitoringbericht 2019](#)
- Deutscher Wetterdienst: [Hitzewarnungen](#)
- Ebi et al. (2021): [Hot weather and heat extremes: health risks](#)
- WHO Regionalbüro für Europa (2008): [Heat–health action plans: guidance](#)
- Jegodka et al. (2021): [Hot days and Covid-19: Online survey of nurses and nursing assistants to assess occupational heat stress in Germany during summer 2020](#)
- Quartucci & Böhm (2022): [Arbeitsplätze mit Exposition gegenüber Hitze](#)
- Leyk D et al. (2019): [Gesundheitsgefahren und Interventionen bei anstrengungsbedingter Überhitzung](#)
- Robert-Koch-Institut (2023): [Wochenbericht zur hitzebedingten Mortalität](#)
- WHO Regionalbüro für Europa (2019): [Gesundheitshinweise zur Prävention hitzebedingter Gesundheitsschäden – neue und aktualisierte Hinweise für unterschiedliche Zielgruppen](#)
- Deutsche Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin (DEGAM) (2020): [S1-Handlungsempfehlung Hitzebedingte Gesundheitsstörungen in der hausärztlichen Praxis](#)
- Umweltbundesamt (2021): [Der Hitzeknigge](#)
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: <https://www.klima-mensch-gesundheit.de>
- KLUG-Hitzeportal: <https://hitze.info>

KLUG

Deutsche Allianz
Klimawandel und Gesundheit



VIELEN DANK!

Aktiv werden:

Newsletter abonnieren, Mitglied werden, Spenden

Social Media:

 allianz_klimawandel_gesundheit

 @klimagesundheit

Alle Infos auf unserer Webseite:

<https://www.klimawandel-gesundheit.de/>

Kontakt:

Nathalie Nidens

nathalie.nidens@klimawandel-gesundheit.de

KLUG – Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit e. V.
Cuvrystr. 1, 10997 Berlin
kontakt@klimawandel-gesundheit.de