

Hitzeschutz geht uns alle an!

- Ein Praxisbeispiel in der Dr. Becker Klinik Möhnesee

- Wer wir sind...
 - Kurz-Vorstellung der Dr. Becker Klinik Mönnesee
- Was uns bewegt...
 - Hintergrund zum Thema Klima und Hitzeschutz
- Wohin wollen wir uns entwickeln...
 - Praxisbeispiel zum Thema Hitzeschutz-Plan

Unsere Standorte



Die Dr. Becker Klinik Möhneseesee – Ein Überblick



176
Mitarbeitende



230
Betten



4
Indikationen

Hauptbeleger: DRV Bund, alle anderen regionalen DRVn, GKVn





- Klimawandel
- extreme Wetterereignisse
- steigende Durchschnittstemperaturen
- hitzebedingte Krankheitsfälle: Dehydrierung, Hitzeschlag, Herz-/Kreislaufkrankungen und psychische Folgen
- erwartete Zunahme der mittleren Jahrestemperatur für Deutschland mit steigender Häufigkeit von Hitzeperioden und damit einhergehenden hitzebedingten Todesfällen

- Empfehlung der WHO:
- Entwicklung von Hitzeschutzplänen mit klar definierten (Verhaltens-) Maßnahmen

Definition Hitze

- Deutscher Wetterdienst (DWD):
 - „mehrtägige Periode mit ungewöhnlich hoher thermischer Belastung. Eine Hitzewelle ist ein Extremereignis, welches die menschliche Gesundheit, die Ökosysteme und die Infrastruktur schädigen kann.“

WARNEREIGNIS	SCHWELLENWERT	DARSTELLUNG	STUFE
Starke Wärmebelastung	Gefühlte Temperatur über etwa 32 Grad C, zusätzlich nur geringe nächtliche Abkühlung		1
Extreme Wärmebelastung	Gefühlte Temperatur über 38 Grad C		2

Hitzestress

- Parameter zur Einschätzung von Hitzestress:
 - „Kühlgrenztemperatur“ (=Feuchtkugeltemperatur)
- ermöglicht Objektivierung der „gefühlten Temperatur“
- Kombination aus Lufttemperatur und Luftfeuchtigkeit wird je nach „Gesundheitszustand“ einer Person anders wahrgenommen

- Anhand neuerer Studien (2022) an jungen, gesunden Erwachsenen zeigten alle Probanden bei einer Kühlgrenztemperatur von bereits 30-31°C bei etwa 100% relativer Feuchte unter mäßiger körperlicher Belastung eine kritische Erhöhung ihrer Haut- und Körperkerntemperatur.
- In heißerer, aber trockener Luft war dieser Effekt schon zwischen 25 und 28°C beobachtet worden, da die Schweißproduktion der Probanden sich trotz geringer Luftfeuchtigkeit nicht weiter erhöhen konnte.
- Daher ist vermutlich schon eine Kühlgrenztemperatur von 27/28°C für gesunde Menschen gefährlich.

aber: bisher keine offiziellen konkreten Grenzwerte vorhanden

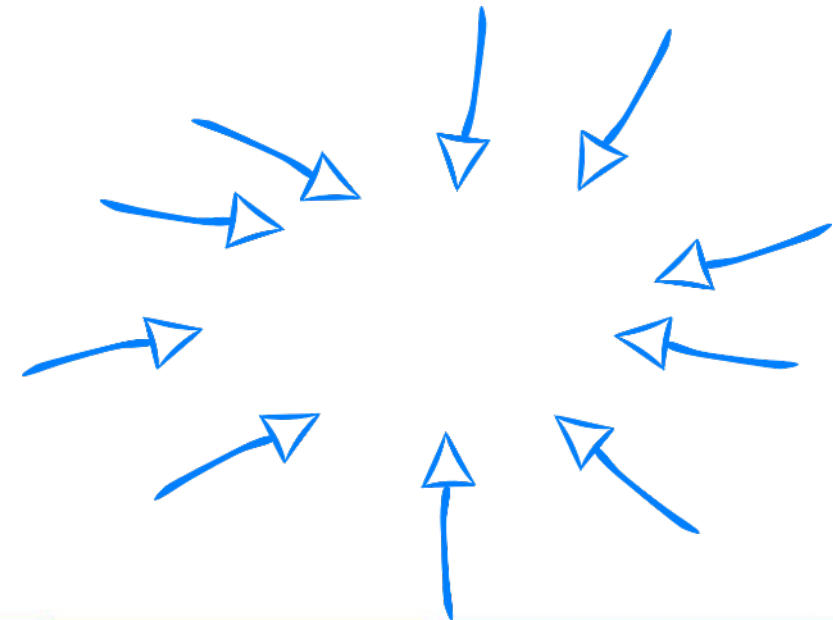
Praxisbeispiel: Dr. Becker Klinik Möhnesee

Hitzeschutz als Teil unser Nachhaltigkeitsstrategie

- unternehmensweite Nachhaltigkeitsstrategie:
 - Aufklärungsarbeit über Themen wie Hitzeschutz und klimasensible Rehabilitation
 - (verstärkte) Kommunikation an Rehabilitand:innen, um damit einen wichtigen Beitrag für den Klimaschutz zu leisten
- eigene Definition von Zielen und zu ergreifenden Maßnahmen
 - Sicherstellung von Rehabilitand:innenzufriedenheit und subjektivem Behandlungserfolg auch in Hitzeperioden
 - Sicherstellung der Mitarbeitendenzufriedenheit: auch in Hitzeperioden soll eine sinnhafte Behandlung durchführbar sein

Ziele im Sinne des Hitzeschutzes

- Schutz von vulnerablen Personengruppen
- Reduzierung oder Vermeidung von hitzeassoziierten Komplikationen während der Rehabilitationsmaßnahme bis hin zu hitzeassoziierten Todesfällen
- Sicherung des Rehabilitationserfolgs trotz hitzebedingter Einschränkungen



- Definition und Monitoring von Hitzegrenzwerten, Auslösen von Interventions- und Schutzmaßnahmen, gezielte Warninformationen
- Sensibilisierung der Rehabilitand:innen/Mitarbeitenden bzgl. hitzebedingter Gesundheitsfolgen und Schulung zu möglichen persönlichen Schutzmaßnahmen bei auftretenden Hitzewellen
- Definition von strukturellen und organisatorischen Maßnahmen zur Adaptation an Hitzeperioden
- Vermittlung von Informationen, eigener Befähigung und Präventionsmöglichkeiten an unsere Rehabilitand:innen und Mitarbeitenden
 - Welche Folgen/Auswirkungen wird die zunehmende Hitze auf verschiedene Berufsfelder der Rehabilitand:innen haben?
 - Wie wirkt sich die Hitze zukünftig auf den eigenen Berufs aus? (Teilhabe am Arbeitsleben)

Vorstellung: Hitzeschutzplan

- Etablierung: Hitzeinsatzeinleitung

BEREICH / PROZESS	ZUSTÄNDIG	VERTRETUNG
Bereiche	Koordinatoren	Stellvertretung
Medizin /Psychologie/Sozialtherapie/Ergotherapie	CA /Ltd. Ärztin	lt. OA/ lt. Psychologin
Pflegedienst	PDL	Bereichsleitungen
Physio-, Sport- u. Bewegungstherapie	Therapieleitung	Abteilungsleiter
Verwaltungsbereiche	KD	QMB
Reinigung	Leitung Reinigung	Stellv. Leitung
Küche	Betriebsleitung	Stellv. Küchen-/Serviceleitung
Haustechnik	Leiter Haustechnik	Stellv. Leiter

Vorstellung: Hitzeschutzplan

- Jährliche Maßnahmen in Vorbereitung auf den Sommer

Pflichtschulungen für medizinisches und pflegerisches Personal	Chefarzt/OÄ	Erkennen von Risikogruppen für hitzebedingte Gesundheitsbeeinträchtigungen Erste Hilfe bei hitzebedingten Gesundheitsbeeinträchtigungen
Anpassung der Packliste für die Anreise in Mein Bereich und im Einladungsschreiben	Aufnahme	Ergänzungen: Sonnencreme, Kopfbedeckung, zusätzliche Trinkflaschen, etc.
Cooling Zones erfassen und „einrichten“	Hausdame; Therapieleitung in Zusammenarbeit mit Haustechnik	Kühlere Räume im Haus identifizieren: diese können als offene „Cooling Zones“ während der Sommermonate genutzt werden → entsprechend Einrichten und Beschildern; Therapien ggf. in andere Räume umplanen
Prüfung der Lagerbestände	Pflege, Haustechnik, Hausdame	Kühlpacks, Arzneimittel, Ventilatoren, Inlays Bettwäsche

Vorstellung: Hitzeschutzplan

- Regelmäßige Maßnahmen in der Sommerzeit

Einschätzung individuelle Risiken für hitzebedingte Gesundheitsbeeinträchtigungen einzelner Personengruppen	Pflege & Medizin	- Erfassen und dokumentieren
Tägliche Messung der Kühlgrenztemperatur an definierten Orten (indoor und outdoor)	Haustechnik	- definiert 21° Kühlgrenztemperatur: Meldung an Hitzeeinsatzleitung

Bauliche Maßnahmen

- Bauliche Verschattungsmöglichkeiten
 - Außenjalousien / Außenverschattung
 - Isolierverglasung oder Isolierfolien auf Fenstern
 - fest verbaute Klimaanlage
 - Dach- und Fassadenbegrünung

- Alarmierung bei Eintreten von Hitzeereignissen
 - vorausschauende Informationsbeschaffung über Wetter-Apps, DWS, Warnwetter-Apps
 - entsprechende Kommunikation an Mitarbeitende und Rehabilitand:innen
 - Regelmäßige Temperaturkontrolle und Rückmeldung bei Überschreitung der Grenzwerte
 - kurzfristige Anpassung der Dienstpläne / Therapiepläne
- Rehabilitand:innen-Zimmer; Therapie-, Aufenthaltsräume und Büros
 - Nutzung vorhandener Verschattungsmöglichkeiten, (Quer-)Lüften am frühen Morgen, Austeilen von Ventilatoren
- Küche/Ernährung
 - Umstellung des Essensangebot; verstärktes Angebot von Zwischenmahlzeiten in Form von Obst und Gemüse, Getränke bereitstellen

- Therapien
 - Änderung der Therapiezeiten für Sportangebote, bspw. in den Vormittagsbereich, örtliche Verlegung, Schaffung alternativer Sportangebote im Innenbereich
- Pflege/Medizin
 - Intensive Beobachtung von vulnerablen Rehabilitand:innen
 - Änderungen bei Lagerung von Medikamenten
 - Vorhalten von kühlenden Sofortmaßnahmen
- Außenbereich
 - Zusätzliche Schattenspender (Sonnenschirme, Pavillon)
 - „Abkühlungsmöglichkeit“ im Bereich des Möhnesees

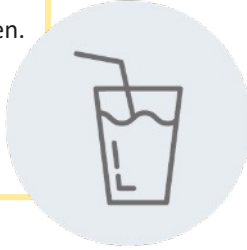
Learning im Arbeitsalltag

- alle Bereiche müssen „ins Boot geholt werden“
- Selbstverantwortung in allen Bereichen
- Kommunikation gegenüber Mitarbeitenden und Patient:innen in Form von Flyern
- interne Fortbildungen für Mitarbeitende
- Nachhaltigkeitszirkel, interdisziplinäres Nachhaltigkeitsteam
- Patient:innenschulung (Vortrag) zum Thema Planetary Health
- Umgang bei Hitze als Punkt in der Hausordnung
- Aktionen, wie Hitzeschutztag

Gut durch die Sommerhitze – Tipps auf einen Blick

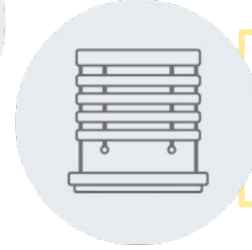
Ausreichend trinken

- Ausreichend über den Tag verteilt trinken.
- Getränke griffbereit vorbereiten.
- Trinkerinnerungen einrichten.
- Getränke für unterwegs mitnehmen.
- Sich Zeit für das Trinken nehmen.



Erholsam schlafen

- Leichte Bettdecke (Laken) und Bettwäsche nutzen.
- Das Bett mit einer kalten Wärmflasche kühlen.

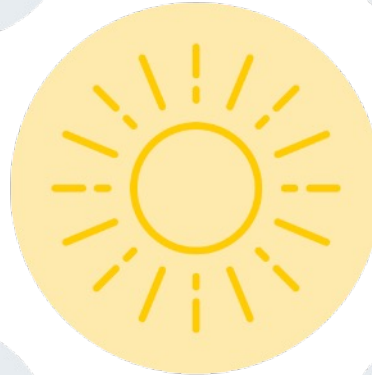


Die Wohnung kühlen

- Nachts oder in der Früh querlüften.
- Mit Jalousien oder Vorhängen verschatten.
- Wärmeabgebende Geräte ausschalten.

Gesund essen

- Viel wasserreiches, rohes Obst, Gemüse oder Salat.
- Leichte, salzhaltige Speisen.
- Schweres Essen vermeiden.



Den Körper kühlen

- Lauwarme, feuchte Tücher oder Wasser aus einer Sprühflasche auf Beine, Arme, Stirn und Nacken.
- Lauwarme Fußbäder oder Duschen.
- Aufhalten in kühleren Bereichen.



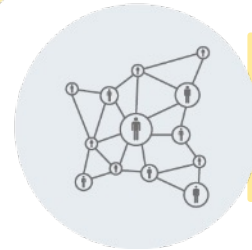
Sich schützen

- Leichte, luftige Kleidung und einen Sonnenhut mit Nackenschutz tragen.
- Sonnenlotion regelmäßig auftragen.
- Erledigungen in die Morgenstunden verlegen.
- Schatten in Parks und Gärten aufsuchen.
- „Hitzepausen“ in kühler Umgebung einlegen.



Unterstützung finden

- Über Hitzewellen informieren: www.dwd.de, www.dwd.de/app.
- Bei dem Pflegeteam bekommen Sie hilfreiche Tipps für die Medikamentenlagerung.



Vorsicht bei Erschöpfungsgefühlen, Blässe / Röte, Kopfschmerzen, Übelkeit, Kurzatmigkeit, Verwirrtheit, Unruhe, Muskelschmerzen, erhöhter Temperatur / Fieber, Infektionen, Verstopfung. Falls ein oder mehrere Symptome auftreten, halten Sie Rücksprache mit unseren Ärzten oder dem Pflegeteam!



Die Ärzte oder das Pflegeteam sollten Sie sofort verständigen bei: Bewusstseinsbeeinträchtigung mit reduzierter Ansprechbarkeit, hohem / niedrigem Blutdruck, schwerer Atemnot. **Nutzen Sie dafür die Notrufklingeln.**

Vielen Dank!

Dr. Becker – Leben bewegen

dbkg.de

dr-becker-physiogym.de

