Hitzeschutzplan für Arztpraxen

LIMBACH GRUPPE

Hitzeschutz in Arztpraxen

Der Klimawandel bringt auch in Deutschland immer häufiger heiße Sommer und extreme Hitzewellen mit sich. Besonders gefährdet sind ältere Menschen, chronisch Kranke, Schwangere und kleine Kinder – viele von ihnen zählen zu Ihrer täglichen Patient*innen. Als Hausarztpraxis können Sie eine entscheidende Rolle im Schutz dieser Risikogruppen übernehmen.

Gezielte Aufklärung und Präventionsmaßnahmen helfen, hitzebedingte Gesundheitsprobleme und sogar Todesfälle zu vermeiden. Digitale Warnsysteme, wie die Hitze-Warn-App des Deutschen Wetterdienstes, bieten wertvolle Unterstützung, um frühzeitig auf extreme Temperaturen zu reagieren. Doch auch in der Praxisorganisation und im direkten Patient*innenkontakt lassen sich effektive Schutzstrategien umsetzen.

Dieser Hitzeschutzplan gibt Ihnen praxisnahe Empfehlungen, um Ihre Patient*innen bestmöglich auf Hitzeperioden vorzubereiten. Von einfachen Maßnahmen wie der richtigen Raumkühlung bis hin zu individuellen Beratungen – mit wenig Aufwand können Sie viel bewirken.

Vorbereitende Maßnahmen

Organisation

- ☐ Benennen Sie eine oder mehrere verantwortliche Personen in der Praxis für die Entwicklung, Umsetzung, Evaluierung und Aktualisierung eines Hitzeschutzplans.
- ☐ Erstellen Sie einen Maßnahmenkatalog je nach Hitzewarnstufe. (Dies kann z. B. im Rahmen des Qualitätsmanagements erfolgen.)
- ☐ Beurteilen Sie rückblickend die Risiken und durchgeführte Maßnahmen des letzten Sommers.
- ☐ Nehmen Sie mit Kooperationspartner*innen Kontakt auf und suchen Sie nach Synergien (z. B. Apotheken, Sozialdienste, Nachbarschaftshilfen etc.).
- ☐ Identifizieren Sie bereits vor dem Sommer mögliche kühle Räume.

Praxismanagement

- ☐ Legen Sie ein Vorgehen zur Erkennung von gefährdeten Personen fest, siehe Tabelle 1 (z. B. Liste erstellen, Integration in die Praxissoftware).
- ☐ Legen Sie eine Kommunikationsstruktur im Team sowie mit Patient*innen fest.
- ☐ Legen Sie das Sprechstundenangebot fest (z. B.: Frühsprechstunden für gefährdete Patient*innen).
- ☐ Bereiten Sie sich für den Fall einer Triage bei Extremereignissen vor (z. B. weniger Patient*innen einbestellen, keine Gesundheits-Check-ups).
- ☐ Kontrollieren Sie Medikamentenpläne gefährdeter Patient*innen und nehmen Sie ggf. Anpassungen an die Hitze vor.
- ☐ Halten Sie Informationsmaterialien bereit (z. B. Flyer, Plakate, Dokumentenvorlagen zum Ausdrucken).
- ☐ Überprüfen Sie die Hitzeschutzmaßnahmen in Ihrer Praxis (z. B. Ventilatoren, Jalousien, Lüftungskonzept, Überbrückungskonzept für Extremereignisse wie Stromknappheit/-ausfall etc.).
- ☐ Stellen Sie zielgruppengenaue Informationen zur Prävention von hitzebedingten Erkrankungen bereit für:
  - ☐ Patient*innen und Angehörige (z. B. im Rahmen der Regelsprechstunde, unterstützt durch Broschüren und Handzettel)
  - ☐ Nachbarschaftshilfen
  - ☐ Kooperierende Pflegekräfte, Physiotherapeut*innen etc.
  - ☐ Medizinische Fachangestellte und Ärzt*innen

Mitarbeitende

- ☐ Berücksichtigen Sie den Personalmehrbedarf bei der Personalressourcenplanung für Maßnahmen in Warnstufe 1 und 2.
- ☐ Ermitteln Sie den Schulungsbedarf Ihres Praxispersonals und entwickeln Sie ggf. ein Schulungskonzept mit passendem Material.
- ☐ Führen Sie Schulungen zum Hitzeschutz durch (z. B. Gefährdung durch Hitze, pflegerische Maßnahmen, Prävention, Erste Hilfe, Abrechnung von Leistungen etc.).
- ☐ Legen Sie Maßnahmen zum Schutz Ihres Praxispersonals fest.

Praxismanagement

- ☐ Passen Sie die Personal-Arbeitseinteilung an den Mehrbedarf an.
- ☐ Führen Sie (Nach-)Schulungen durch.
- ☐ Überprüfen Sie die Funktionsfähigkeit von Jalousien und Sonnenschutz und erstellen Sie einen festen Plan zu Lüftung und Verschattung.
- ☐ Überprüfen Sie die Temperaturentwicklung und die Raumsituation.
- ☐ Achten Sie auf die regelmäßige Rückmeldung über Beobachtungen zur Raumsituation und zu Hinweisen auf eine hitzebedingte Gesundheitsbeeinträchtigung.
- ☐ Kontrollieren Sie die Raumtemperatur und schaffen Sie eine Messmöglichkeit.
- ☐ Nutzen Sie die DWD-Hitze-Warn-App des Deutschen Wetterdienstes.

Tabelle 1: Gefährdete Patient*innengruppen

Erkrankungen	☐ Herz-Kreislauf-Erkrankungen (z. B. arterielle Hypertonie, koronare Herzkrankheit/ Herzinsuffizienz) ☐ Chronische Lungenerkrankungen (z. B. COPD, Asthma, Lungenfibrose) ☐ Diabetes mellitus ☐ Chronische Nierenerkrankungen ☐ Neurologische Erkrankungen (z. B. Morbus Parkinson, Demenz) ☐ Psychiatrische Erkrankungen (insbesondere bei Medikamenteneinnahme und Betreuungsbedarf) ☐ Höhergradige Adipositas
Einnahme von Medikamenten oder anderen Substanzen	☐ Medikamenteneinnahme allgemein, insbesondere Polypharmazie ☐ Besondere Risiken prüfen durch Medikamente wie z. B. Diuretika, ACE-Hemmer oder Angiotensin-II-Rezeptor-Blocker, Antidepressiva, Antikonvulsiva, Antipsychotika, Anticholinergika, transkutan (z. B. Opioidpflaster) oder subkutan (z. B. Insulin) verabreichte Arzneistoffe ☐ Alkohol
Funktionelle Einschränkungen	☐ Immobilität ☐ Pflegebedürftigkeit ☐ Reduzierte körperliche Leistungsfähigkeit ☐ Einschränkungen der kognitiven Fähigkeiten mit Verlust der Risikoabschätzung

Patient*innen bezogene Maßnahmen

- ☐ Erfassen Sie gefährdete Patient*innen und achten Sie auf:
  - ☐ Exsikkosezeichen wie erhöhter/erniedrigter Blutdruck, stehende Hautfalten, Benommenheit/Desorientierung
  - ☐ Erhöhte Körpertemperatur
  - ☐ Veränderung von Elektrolyten und Nierenwerten
- ☐ Stellen Sie Möglichkeiten zur Reduktion der Hitzebelastung (z. B. Trinkwasser) bereit.
- ☐ Veranlassen Sie eine ärztliche Überprüfung des Medikamentenplans.
- ☐ Motivieren und befähigen Sie mobile Patient*innen dazu, die Hitzeexposition zu verringern.
- ☐ Erinnern Sie Patient*innen zur Flüssigkeitsaufnahme und führen Sie eine Trinkmengendokumentation bei Risikopersonen durch.
- ☐ Empfehlen Sie leichtes Essen und das Bereitstellen von ausreichend Getränken.
- ☐ Empfehlen Sie eine Kontrolle des Kühlschranks auf verderbliche Lebensmittel.
- ☐ Stellen Sie sicher, dass die Patient*innen eine aktuelle Liste von Notfallkontaktpersonen führen.
- ☐ Empfehlen Sie, Aufenthaltsbereiche in der Wohnung auf Hitzeexposition zu überprüfen und ggf. einen Aufenthalts- und Raumwechsel vorzunehmen.
- ☐ Stellen Sie für Ihre Patient*innen und deren Angehörige Informationen bereit über:
  - ☐ Optimale Zeiten für Aktivitäten
  - ☐ Verwendung von Kopfbedeckung und Sonnenschutzcreme
  - ☐ Nahegelegene, öffentlich zugängliche kühle Zonen
  - ☐ Für Angehörige: tägliche Kontaktaufnahme während Hitzeperioden (auch Anrufe)

Maßnahmen bei Warnstufe 1

Praxismanagement

- ☐ Aktualisieren Sie die Liste der Risikopersonen und integrieren Sie ggf. diesen Aspekt in bestehende Dokumentationsstandards (z. B. Dokumentation in medizinischen Daten: hitzegefährdet).
- ☐ Überprüfen und dokumentieren Sie die Raumtemperaturen und wechseln Sie ggf. in kühlere Aufenthaltsbereiche.
- ☐ Leiten Sie Maßnahmen zur Senkung der Raumtemperatur und zur Belüftung ein.
- ☐ Verlegen Sie Sprechstunden für gefährdete Patient*innen wenn möglich auf die frühen Morgen- und/oder späten Abendstunden und sorgen Sie ggf. für Begleitung in die Praxis.
- ☐ Führen Sie an einem Tag mit Hitzewarnung möglichst keine anstrengenden diagnostischen und therapeutischen Maßnahmen durch (z. B. Belastungs-EKG).
- ☐ Dokumentieren und melden Sie ggf. Anzeichen von Hitzebelastung oder Instabilisierung des Gesundheitszustandes.
- ☐ Lagern Sie Arzneimittel laut Packungsbeilage (Aufklärung der Patient*innen für zuhause).

Mitarbeitende

- ☐ Stellen Sie leichte, atmungsaktive Dienstkleidung bereit.
- ☐ Achten Sie auch bei Ihrem Praxispersonal auf eine ausreichende Flüssigkeitsaufnahme.
- ☐ Bieten Sie Abkühlungsmöglichkeiten an.

Patientenbezogene Maßnahmen

- ☐ Sprechen Sie gefährdete Patient*innen proaktiv an (z. B. bei Blutentnahme, Übergabe von Rezepten an Angehörige, bei Terminabsprachen bzw. telefonischen Erinnerungen an Vorsorge- und Kontrolluntersuchungen).
- ☐ Stellen Sie die ausreichende Flüssigkeitsaufnahme durch die Bereitstellung von Getränken sicher und motivieren Sie Ihre Patient*innen zum Trinken.
- ☐ Bieten Sie Möglichkeiten zur Kühlung an.
- ☐ Überprüfen Sie die Kleiderwahl sowie Körper- und Kopfbedeckung und empfehlen Sie ggf. eine Anpassung der Kleidung.
- ☐ Beurteilen Sie Risikopatient*innen in Bezug auf Austrocknungserscheinungen oder sonstige gesundheitliche Auffälligkeiten (u. a. Messung der Körpertemperatur).
- ☐ Informieren Sie Angehörige über tägliche Kontaktaufnahme während Hitzeperioden.

Maßnahmen bei Warnstufe 2

Alle Maßnahmen wie bei Warnstufe 1, zusätzlich:

Patientenbezogene Maßnahmen

- ☐ Sorgen Sie für eine verstärkte medizinische Betreuung (Erfassung der Körpertemperatur, u. U. Flüssigkeitsbilanz).
- ☐ Veranlassen Sie bei einer Hitzegefährdung im Haushalt einen Aufenthaltswechsel in andere Haushalte (z. B. von Angehörigen) oder Einrichtungen.

Maßnahmen zur mittel- und langfristigen Anpassung

- ☐ Setzen Sie bauliche Maßnahmen zum Hitzeschutz in der Praxis um (z. B. gute Jalousien, Lüftungsanlagen); nehmen Sie evtl. Kontakt mit Vermieter*innen auf.
- ☐ Verbessern Sie die Kooperation auf Bezirks-/Kiez-/Gemeinde-Ebene mit Apotheken, Sozialdiensten, Pflegediensten, Nachbarschafts- und Selbsthilfeinitiativen oder Heilmittelerbringer*innen.
- ☐ Üben Sie Einfluss auf die Stadtplanung aus, um:
  - ☐ Eventuelle Hitzeinseln im Praxiseinzugsbereich zu beseitigen bzw. abzumildern (z. B. durch Begrünung, Aufhebung von Versiegelungen, hitzereduzierende Anstriche etc.)
  - ☐ Trinkbrunnen zu installieren
  - ☐ Kühlräume einzurichten

Checkliste für Risikopatient*innen

Quellen

Musterhitzeschutzplan für ambulante Praxen, Aktionsbündnis Hitzeschutz Berlin – eine Initiative der ÄKB, SenWGPG und KLUG e. V., Stand: Juni 2022, Version 2.
Hitze-Manual, Klimaresiliente hausärztliche Versorgung, Hausärztinnen- und Hausärzteverband e. V., Stand: August 2023.
Hitzeschutzplan für Gesundheit des BMG, Bundesministerium für Gesundheit, Stand: 27. Juli 2023.

Herausgeber: © Limbach Gruppe SE – 03/2025_V2