

Informationen für Pflegeheimleitungen zum Gesundheitsschutz Ihrer Bewohner*Innen in Hitzewellen bei Covid-19 Pandemie

Covid-19 stellt das deutsche Gesundheitssystem und die Gesellschaft als Ganzes vor extreme Herausforderungen. Ab Ende Mai besteht eine hohe Wahrscheinlichkeit, dass auftretende Hitzewellen zu einer zusätzlichen Belastung von Covid-19 Risikogruppen führen, da dieselben Personen meist auch ein erhöhtes Mortalitätsrisiko in Hitzewellen aufzeigen. Pflegeheimbewohner*Innen gehören zu den Risikogruppen. Im Folgenden wurden daher die Schutzempfehlungen für Hitzewellen im Hinblick auf die bestehenden Infektionsgefahren bei Covid-19 Pandemie angepasst. Quellen für ausführlichere Informationen zum Hitzeschutz sollten ebenfalls beachtet werden und werden abschließend aufgeführt.

Allgemeine Schutzmaßnahmen für Bewohner*innen:

- » Hitze vermeiden: Nur kühlere Morgen- und Abendstunden für anstrengende Aktivitäten nutzen (z.B. Spaziergänge, soziale Angebote – jeweils unter Berücksichtigung der geltenden Regeln zu Mindestabstand und Schutzausrüstung).
 - » Wohnbereich kühl halten (Ziel: 26°C): siehe „Möglichkeiten zur Beeinflussung des Raumklimas“
 - » Körper kühl halten: Dünne Kleidung; den Körper möglichst auch aktiv abkühlen, mittels lauwarmen bis kühlen Fuß-/ Armbädern, Wadenwickel (v.a. bettlägerige Patienten), Wasserspray auf der Haut und ggf. Nutzung von Ventilatoren (s.u.). Aktive Abkühlung ist bei älteren und chronisch kranken Menschen besonders wichtig, da deren körpereigene Wärmeabgabe häufig eingeschränkt ist.
 - » Ausreichende Flüssigkeitsaufnahme: Menge je nach Vorerkrankung an ärztliche Empfehlung anpassen (ggf. auch Trinkmengenbegrenzung); ausreichende Elektrolytzufuhr (Brühe, Saft); wasserreiche Kost (Obst, Gemüse).
- » Siehe auch: Informationsblatt „Allgemeine Informationen zu gesundheitlicher Doppelbelastung durch Hitze und das Covid-19“ und WHO Europa (Link s.u.)

Spezielle Schutzmaßnahmen für die Organisation stationärer Einrichtungen:

- » Abonnieren Sie den Newsletters des Deutschen Wetterdienstes zur Warnung vor besonders gesundheitsgefährdenden Witterungsbedingungen, damit Sie Ihre Einrichtung rechtzeitig vorbereiten können:
 - » https://www.dwd.de/DE/service/newsletter/newsletter_hitzewarnungen_node.html
- » Identifizieren Sie vor der Hitzesaison besonders gefährdeten Bewohner*innen. Kriterien hierfür sind in der Broschüre der Pflegeaufsicht Hessen nachlesbar (s.u.)
- » Besondere Risikopersonen sollten in den kühlest Räumlichkeiten untergebracht werden (Erdgeschoss, Nord-/ Ostausrichtung), wenn dies organisatorisch möglich ist. Wenn nicht, sind auf jeden Fall alle Maßnahmen zur Raumkühlung zu ergreifen.
- » Legen Sie ausreichende Getränkevorräte für Hitzeperioden an.
- » Führen Sie bei Risikopersonen Trinkprotokolle, regen Sie zum Trinken an, sorgen sie für geeignete Trinkgefäße, decken Sie Gefäße zum Schutz vor Insekten ab.
- » Führen Sie bei Risikopersonen vermehrt klinische Kontrollen durch und achten Sie auf Zeichen der Exsiccose und des Hitzschlags (Messen von Körpertemperatur, Blutdruck, Puls, Begutachtung von Haut und Schleimhäuten, Venenfüllung, Bewusstseinsveränderungen, insbesondere Desorientiertheit, Apathie). Bei Auffälligkeiten, sollten Maßnahmen der aktiven Abkühlung und regelmäßige Nachkontrollen

rollen erfolgen (siehe auch: Erste-Hilfe-Maßnahmen).

- » Lassen Sie die Medikamentenliste von Risikopersonen vor dem Sommer von dem zuständigen Hausarzt kontrollieren.

Schutz des Pflegepersonals:

- » Hitze ist auch für das Personal belastend, insbesondere wenn es Infektionsschutzkleidung tragen muss. Schulen Sie das Personal in Maßnahmen, die sie gegen Hitzestress anwenden können (s. dazu Informationsblatt „Medizinisches Personal: Arbeiten mit Schutzausrüstung bei Hitze - Maßnahmen zur Prävention von Hitzestress und Erschöpfung“ unter <https://hitze2020.de>).
- » Unterstützen Sie ein Partner-System, das zur gegenseitigen Unterstützung und Sicherheit beiträgt (je zwei in einer Schicht arbeitende Pflegekräfte verpflichten sich dazu aufeinander acht zu geben). Schützen Sie ältere Mitarbeiter und solche mit Vorerkrankungen besonders (z.B. Einsatz in kühleren/ Covid-19 freien Bereichen). Beachten Sie in der Schichtplanung, dass sich Schlafentzug negativ auf Hitzetoleranz auswirkt.
- » Kontrollieren Sie systematisch und regelmäßig die Temperatur und die Luftfeuchtigkeit in den Arbeitsbereichen und halten Sie diesen möglichst kühl. Diese sollte auch zum Arbeitsschutz 26°C nicht überschreiten. Ab 27°C müssen geeignete Maßnahmen zur Kühlhaltung ergriffen werden (s.u.). Eine Temperatur von 36°C oder mehr ist nicht zulässig.
- » Schaffen Sie einen kühlen Pausenraum, ggf. auch draußen (s.u.) und stellen Sie Getränke für Personal kostenlos zur Verfügung.
- » Planen Sie aufwendigere Aktivitäten, die mit Schutzkleidung durchgeführt werden müssen (z.B. Waschen von Covid-19 Patienten), zu kühleren Tageszeiten und/oder verlegen Sie diese Aktivitäten in kühlere Räumlichkeiten, wenn möglich.
- » Siehe auch: Normen für Sicherheit am Arbeitsplatz bei großer Hitze nach WHO Regionalbüro für Europa (Link s.u.).

Möglichkeiten zur Beeinflussung des Raumklimas:

- » Lüftungsmethoden: Nachts oder bis ca. 6 Uhr morgens (Quer-)lüften; tagsüber Sonne abhalten; auch tagsüber für Luftzirkulation sorgen, z.B. Türen öffnen ggf. wenige Fenster im Beschattungsbereich kippen, feuchte Laken aufhängen.
- » Alle Fenster, aber besonders solche nach Westen und Süden, sollten über außen angebrachte Beschattungsmöglichkeiten verfügen (Rollläden, Markisen, Sonnensegel etc.). Ggf. können auch Sonnenschutzfolien angebracht werden. Jalousien im Innenbereich sind deutlich weniger effektiv.
- » Ab einer Raumtemperatur von 36°C in Aufenthaltsräumen müssen mobile Kühlgeräte eingesetzt werden (wenn möglich CO₂-arme Geräte, z.B. Solar- oder Ökostrom-betriebene Geräte).
- » Bei dem Vorhandensein kühler Gemeinschaftsräume können diese unter Berücksichtigung der Abstandsregelungen und ggf. mit Mundschutz genutzt werden. Erfolgt die Kühlung mit einer Klimaanlage, sind unten stehende Hinweise zu beachten.
- » Insbesondere bei COVID-19 Pandemie kann es hilfreich sein, im Außenbereich kühle Verschattungszonen ggf. auch mit Wasserverneblungsanlagen zu schaffen (für Bewohner und Personal). Achten Sie darauf, dass die Bereiche groß genug angelegt sind, so dass der vorgeschriebene Mindestabstand eingehalten werden kann.
- » Im Allgemeinen sorgen Begrünungsflächen, Wand-/Dachbegrünung und Wasserspiele für Verdunstung und Abkühlung der gesamten Anlage. Mittel- und langfristig sollten solche und andere bauliche Maßnahmen zur Kühlhaltung erfolgen.

Betrieb von Klimaanlage und Ventilatoren:

- » Wenn Ihre Einrichtung über eine Klimaanlage verfügt, sollte sie über geeignete Filter verfügen und muss regelmäßig professionell gewartet werden, um ein Infektionsrisiko zu vermeiden.
- » Sollten nur einige Räume gekühlt werden können, sollten diese für die Versorgung von COVID-19 Patienten, bei deren Versorgung Schutzausrüstung getragen werden muss, bereitgestellt werden.
- » Ventilatoren sind zur Kühlung in Hitzewellen unter Befeuchtung der Haut der Bewohner bis zu einer Temperatur von etwa 35°C einsetzbar. Ventilatoren können jedoch das Infektionsrisiko mit SARS-CoV-2 erhöhen, wenn sich mehrere Personen in einem Raum aufhalten, da sie ggf. Aerosole mit Viruspartikel aufwirbeln. Daher sollten Sie nur genutzt werden, wenn sich keine weiteren Personen im Raum aufhalten.
- » Stellen Sie sicher, dass Ihre Einrichtung einen Generator zur Notstromversorgung hat und testen Sie diesen vor der heißen Jahreszeit und lassen sie ihn regelmäßig warten.

Erste Hilfe-Maßnahmen

- » Erste-Hilfe-Maßnahmen bei drohendem Hitzschlag sollten erst nach Alarmierung der Rettungskette über die 112 erfolgen.
- » Bei Verdacht auf Hitzeschlag sofortige und effiziente Kühlung auf eine Kerntemperatur unter 40 °C, beispielsweise durch Verbringung an kühlen Ort und Kühlung an Nacken, Leisten, Achseln etc. Ggf. sollte eine Rehydrierung und Korrektur von Elektrolytstörungen erfolgen.
- » Wenn nach 30 min keine deutliche Absenkung der Körpertemperatur erreicht wird, handelt es sich vermutlich eher um Fieber und es muss auch an COVID-19 und andere Infektionen gedacht werden.
- » Bei schwerer Verschlechterung des Allgemeinzustands und engem körperlichen Kontakt, z.B. bei Wiederbelebensmaßnahmen, muss Schutzausrüstung (Schutzkittel, Handschuhe, FFP-2 Maske, Haube, Brille) getragen werden.

Quellen und weitere Informationen:

Informationen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) Europa zu Hitzeaktionsplänen:

- » <http://www.euro.who.int/en/health-topics/environment-and-health/Climate-change/publications/2011/public-health-advice-on-preventing-health-effects-of-heat.-new-and-updated-information-for-different-audiences>

und zu Hitzeschutz während der COVID-19 Pandemie:

- » News story: <http://www.euro.who.int/en/health-topics/environment-and-health/Climate-change/news/news/2020/5/preparing-for-a-long,-hot-summer-with-covid-19>
- » Informationsblatt 2020: <http://www.euro.who.int/en/health-topics/environment-and-health/Climate-change/publications/2020/health-advice-for-hot-weather-during-the-covid-19-outbreak>

Zur allgemeinen Vorbereitung von Pflegeheimen auf Hitzewellen empfehlen wir

- » Die Handlungsempfehlungen des Bundesministeriums für Umwelt, Naturschutz und nukleare Sicherheit (BMU) zur Erstellung von Hitzeaktionsplänen: <https://www.bmu.de/themen/klima-energie/klimaschutz/anpassung-an-den-klimawandel/handlungsempfehlungen-fuer-die-erstellung-von-hitzeaktionsplaenen/>
- » die Handlungsempfehlungen zu Außergewöhnliche Hitzeperioden der Betreuungs- und Pflegeaufsicht Hessen: <https://rp-giessen.hessen.de/soziales/hessische-betreuungs-pflegeaufsicht/information-und-beratung>
- » Für aktuellste Informationen zum Thema Hitze und Covid-19 siehe auch die (englische) Seite des „Global Heat Health Information Network“: <http://www.ghhin.org/heat-and-covid-19>
- » Centers for Diseases Control and Prevention, Covid-19 and Cooling Centers: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/php/cooling-center.html>
- » Temperaturen zum Arbeitsschutz: <https://www.baua.de/DE/Angebote/Rechtstexte-und-Technische-Regeln/Regelwerk/ASR/ASR-A3-5.html>
- » Jay et al 2015, Should electric fans be used during a heat wave? Applied Ergonomics Volume 46, part A, Pages 137-143; <http://dx.doi.org/10.1016/j.apergo.2014.07.013>

Die hier aufgeführten Hinweise stützen sich auf Gesundheitshinweise des WHO Regionalbüros für Europa von 2011/2019, einem deutschen und internationalen Expertennetzwerk zu Hitze und Gesundheit (GHHIN), sowie aktuellen Erkenntnissen zu COVID-19 (Stand 05.05.2020). Bei fehlender Studienlage beruhen die Empfehlungen und Informationen auf Experteneinschätzungen. Da neue Erkenntnisse zu COVID-19 gewonnen werden und sich die Lage zur Epidemie und die damit verbundenen Auflagen zu sozialen Kontakten in Deutschland ändern, müssen entsprechend aktuelle Auflagen und Einschränkungen berücksichtigt werden.

Für den Inhalt externer Webseiten wird keine Gewähr übernommen; Inhalte und Empfehlungen auf externen Webseiten können auf internationale Gültigkeit oder nationale Gegebenheiten anderer Länder abgestimmt sein; daher sollten sie bei Nutzung gemäß den in Deutschland geltenden Verordnungen und Bestimmungen angepasst werden.

Dieses Informationsblatt wurde erstellt von:

Dr. Franziska Matthies-Wiesler, Helmholtz Zentrum München, Institut für Epidemiologie

Dr. Alina Herrmann, Institut für Global Health, AG Klimawandel und Gesundheit, Universitätsklinikum Heidelberg

Dr. Martin Herrmann, Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit (KLUG)

Stand: 22.6.2020

www.hitze2020.de

KLUG – Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit e.V.



Die Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit e.V. (KLUG) ist ein Netzwerk von Einzelpersonen, Organisationen und Verbänden aus dem gesamten Gesundheitsbereich.

Weitere Informationen zu unseren Handlungsfeldern und wie Sie sich daran beteiligen können finden Sie auf unserer Webseite:

www.klimawandel-gesundheit.de



Herausgeber: KLUG – Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit e.V., Hainbuchenstr. 10a, 13465 Berlin, E-Mail: kontakt@klimawandel-gesundheit.de