



Hitzeresiliente und gesundheitsfördernde
Lebens- und Arbeitsbedingungen in der
stationären Pflege

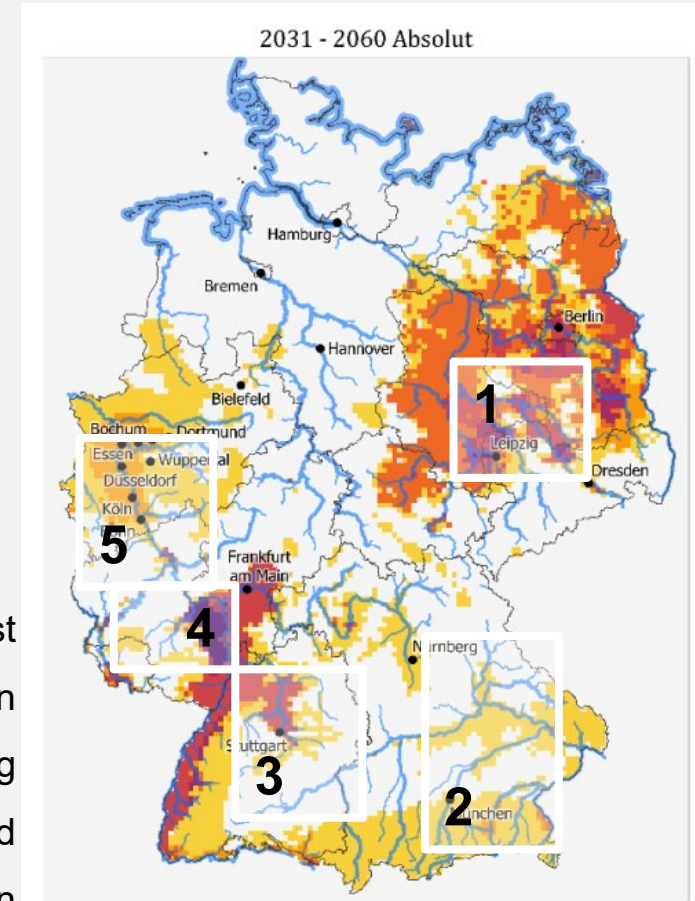


Das HIGELA-Projekt

Ziele:

- Maßnahmen der Verhaltens- und Verhältnisprävention erarbeiten und bei der Implementierung unterstützen
 - Zielgruppen: Bewohner*innen & Mitarbeiter*innen
 - Sensibilisieren, Netzwerke schaffen, Öffentlichkeitsarbeit & Verstetigung
- Insg. 30 teilnehmende Einrichtungen im ersten Jahr

1. AWO Sachsen-West
2. AWO Bezirksverband Oberbayern
3. AWO Bezirksverband Württemberg
4. AWO Bezirksverband Rheinland
5. AWO Gesellschaft für Altenhilfeeinrichtungen



Ist-Zustand und Herausforderungen

- Alle Einrichtungen sind bereits von Hitze betroffen → aber meist keine konkrete Auseinandersetzung mit dem Thema
- Hitzebelastung von Mitarbeitenden oft nicht im Fokus
- Hitzeschutz als Gemeinschaftsaufgabe wird (noch) nicht gelebt
- An- und Zugehörige spielen in der Hitzeresilienz (noch) keine Rolle
- Häuser sind häufig sehr hitzeanfällig
- Handlungsspielräume teilweise sehr eingeschränkt
 - Personalmangel/Fachkräftemangel
 - ökonomischer Druck in den Einrichtungen
 - Auswirkungen der Covid-19-Pandemie

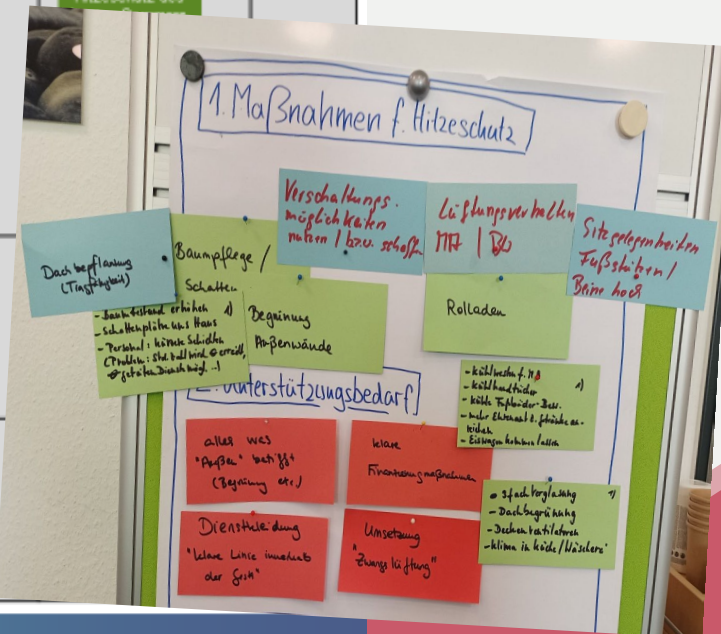
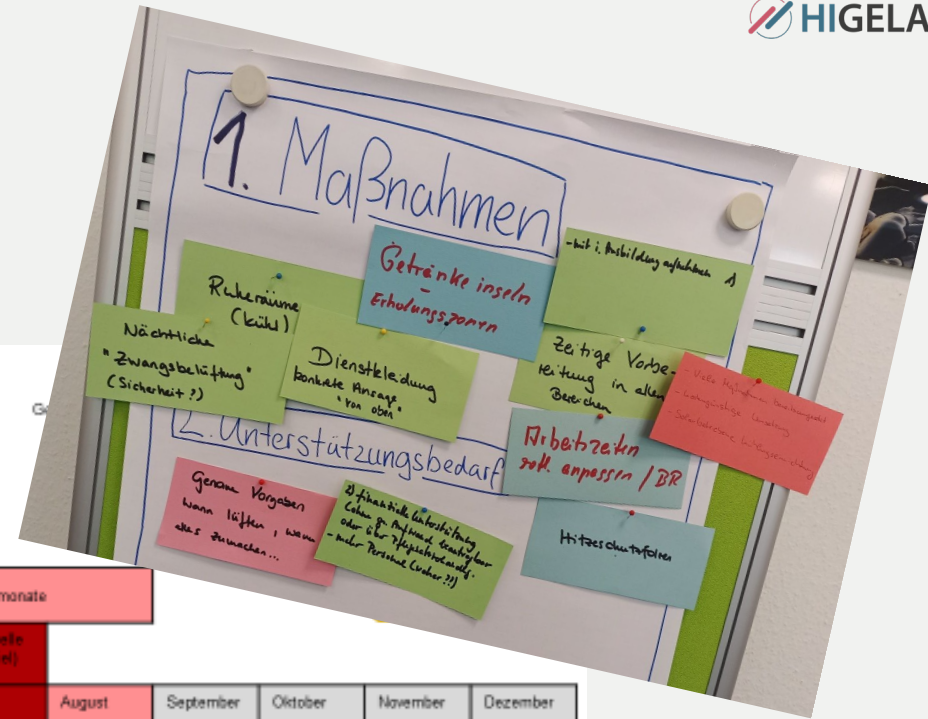
Das HIGELA-Projekt

Musterhitzeschutzplan im Zeitverlauf

Muster-Hitzeschutzplan Stationäre Pflege

<https://hitzeschutz-berlin.de/hitzeschutzplaene/>

	Januar	Februar	Marz	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
						Sommermonate						
						Hitzewelle (Beispiel)						
Struktur und Organisation und Information				Verantwortliche Personen benennen Warnsystem einrichten Arbeitsschutz überprüfen Angepasste Personalplanung für Sommer entwickeln	Schulungen*	Info-Materialien für Beschäftigte, Bewohner*innen und Angehörige* Verschriftlichung der Hitzeschutzmaßnahmen Dienstkleidung, Getränkeversorgung, kühle Pausenräume				Hitzeschutz des		
Pflegepraxis			Identifikation gefährdeter Personen Lagerungsmöglichkeit für Medikamente prüfen Ernährungskonzept entwickeln			Anpassung Arzneimittelgabe Anpassung Kleidung Anpassung Speiseplan	Anstrengende Aktivitäten meiden Flüssigkeitszunahme sicherstellen Möglichkeiten zur Körperkühlung bereitstellen					
Technik und Bau			Erfassung des Ist-Zustandes Sonnenschutz und Kühlungskonzept entwickeln			Temperatur- und Luftfeuchtigkeitsmessung Maßnahmen zur Senkung der Raumtemperatur Kühle Räume einrichten						



HITZERESILIENTE UND GESUNDHEITSFÖRDERNDE LEBENS- UND ARBEITSBEDINGUNGEN IN DER STATIONÄREN PFLEGE (HIGELA)

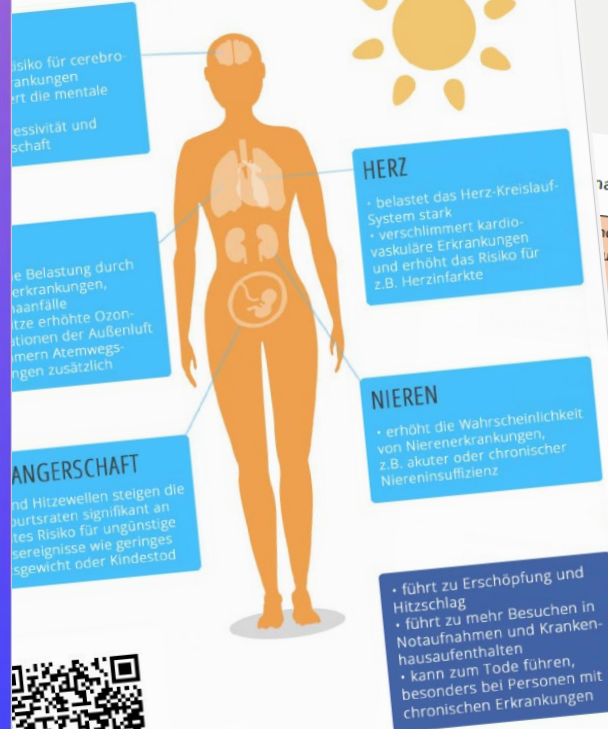


20 Tage Hitzechallenge

Gefördert durch:

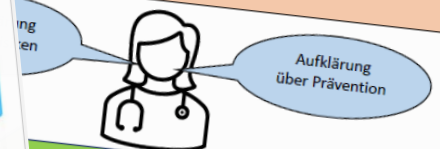


Tag 5: Auswirkung von Hitze auf den menschlichen Körper



← Video

Maßnahmen zusammen mit An- und Zugehörigen und Ehrenamtlichen
und ehrenamtlich Tätige verbringen häufig viel Zeit mit den
Besuchenden und können eine große Unterstützung in der Betreuung und Pflege
erbringen, dass die Besuchenden von Ihnen zu Hitze und Gesundheit



Aufklärung über Prävention

Bewusstseinsbildung

vanquah I. (2021): Allgemeinmedizin im Kontext von
ambulanten Gesundheitsberatung. In: Planetary Health

An- und Zugehörige

nach individuellen Wünschen und Routinen der
Besuchenden, sofern sie diese gut kennen
An- und Zugehörigen und Ehrenamtlichen
Informationsmaterialien, die das Wichtigste kurzgefasst

- individuellen Gefahren für die Besuchenden hin
weisen Sie über die wichtigsten Maßnahmen zum Schutz vor der
Hitze
- Besuchende können unterstützend tätig werden, bei:
 - der Beobachtung von Besuchenden,
 - dem Aufenthalt in kühlen Räumen
 - Getränke anbieten, ggf. Trinkprotokoll ausfüllen
 - Wasserreiches Obst zum Nachen anbieten
 - Kühlende Maßnahmen ausführen und begleiten
 - Pool für die Füße
 - Nasse Wachsappen für Extremitäten und Gesicht
 - auch Besuchenden Getränke und kühle Räume anbieten
- © Klinikum der Universität München, Institut und Poliklinik für Arbeits- Sozial und Umweltmedizin

HITZE IST GEFÄHRLICH

Tipps, wie sie sich schützen können.



COOLE TIPPS FÜR HEIßE TAGE

Genug trinken!

Achten Sie darauf an heißen Tagen ausreichend Flüssigkeit zu sich zu nehmen

Die richtige Kleidung!

Ziehen Sie leichte und luftige Kleidung an und tragen Sie bei Ausflügen stets eine Kopfbedeckung.

Sonnenschutz!

Vermeiden Sie direkte Sonneneinstrahlung. Tragen Sie zudem Sonnencreme auf, um Ihre Haut zu schützen.

Gegenseitige Unterstützung!

Es ist besonders heiß und Sie fühlen sich unwohl? Sprechen Sie das Pflegepersonal oder Ihre Angehörigen an, damit Sie Unterstützung bekommen.

Weitere Informationen finden Sie unter: www.higela.de



UMGANG MIT HITZE BEI ARBEITSZEIT



beauftragten
Kleidung

Informieren

- Hitzevarnungen abonnieren
- Informationen in der Einrichtung teilen

Achtsamkeit und Teamarbeit

- Aufeinander Acht geben
- besonders belastete Kolleg*innen entlasten
- anstrengende Tätigkeiten zusammen angehen



Regelmäßige Pausen machen

- Pausen einhalten und zur Erholung nutzen
- ggf. mit Vorgesetzten zusätzliche Pausenzeiten vereinbaren
- Pausenzeit an kühlen Orten verbringen
- bei Bedarf die Beine hochlegen

Fensteraussperren

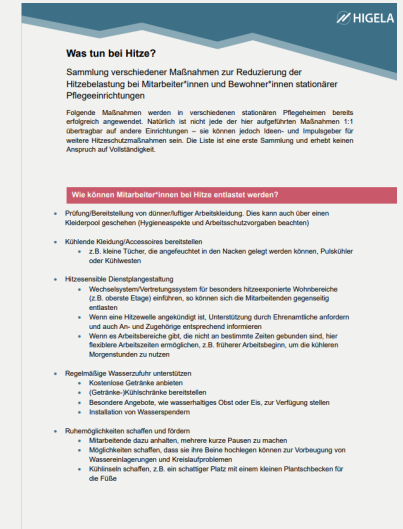
- Sonneneinstrahlung am besten durch außenliegende Rollos, Folien verhindern/reduzieren
- Fenster während der Hitze geschlossen halten, stoßlüften in den kältesten Tageszeiten

Weitere Informationen finden Sie unter: www.higela.de



Wie können Mitarbeiter*innen entlastet werden?

- Dünnere/leichte Arbeitskleidung für den Sommer zur Verfügung stellen
- Kühlende Kleidung bereitstellen
- Hitzesensible Dienstplangestaltung
- Für die Auswirkungen von Hitze sensibilisieren, um den Eigen- und Fremdschutz zu erhöhen
- Regelmäßige Getränkezufuhr unterstützen und fördern
- Ruhemöglichkeiten schaffen und fördern
- Teamarbeit und Wertschätzung



Was tun bei Hitze?
 Sammlung verschiedener Maßnahmen zur Reduzierung der Hitzebelastung bei Mitarbeiter*innen und Bewohner*innen stationärer Pflegeeinrichtungen





Folgende Maßnahmen werden in verschiedenen stationären Pflegeheimen bereits erfolgreich angewendet. Natürlich ist nicht jede der hier aufgeführten Maßnahmen 1:1 übertragbar auf andere Einrichtungen – sie können jedoch Ideen- und Impulsgeber für weitere Hitzeschutzmaßnahmen sein. Die Liste ist eine erste Sammlung und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Wie können Mitarbeiter*innen bei Hitze entlastet werden?

- Prüfung/Bereitstellung von dünnerer/leichter Arbeitskleidung. Dies kann auch über einen Kleiderport geschieden (Tageswechsel und Arbeitsschutzvorgaben beachten)
- Kühlende Kleidung/Koosensibles Textilmaterial
 - z.B. kleine Tücher, die angefeuchtet in den Nacken gelegt werden können, Pulskühler oder Kühlwesten
- Hitzesensible Dienstplangestaltung
 - Wächtsystem/Verwaltungssystem für besonders hitzeempfindliche Wohnbereiche (z.B. oberste Etage) einführen, so können sich die Mitarbeitenden gegenseitig entlasten
 - Wenn eine Hitzeperiode angekündigt ist, Unterstützung durch Ehrenamtliche anfordern und auch An- und Zugehörige entsprechend informieren
 - Wenn in Arbeitsbereiche geht, die nicht an bestimmte Zeiten gebunden sind, hier flexiblere Arbeitszeiten ermöglichen, z.B. früherer Arbeitsbeginn, um die kühleren Morgenstunden zu nutzen
- Regelmäßige Wasserzufuhr unterstützen
 - Kälteströme Getränke anbieten
 - Getränke-/Kühlschranke bereitstellen
 - Besondere Angebote, wie wasserhaltiges Obst oder Eis, zur Verfügung stellen
 - Installation von Wasserspendern
- Ruhemöglichkeiten schaffen und fördern
 - Mitarbeitende dazu anhalten, mehrere kurze Pausen zu machen
 - Möglichkeiten schaffen, dass sie ihre Beine hochlegen können zur Vorbeugung von Wassereinträgen und Krampfsyndromen
 - Kühlmöbeln schaffen, z.B. ein schattiger Platz mit einem kleinen Plattschbeckchen für die Füße

Wie können Bewohner*innen entlastet werden?

- Pflegeprozessplanung anpassen
- Anpassung des Tagesablaufs
- Förderung/Unterstützung der Flüssigkeitsaufnahme
- Bei der Arzneimittelgabe an die Bewohnenden mögliche Nebenwirkungen bei Hitze beachten, ggf. Rücksprache mit der Ärztin halten
- Kleidung und Bettwäsche anpassen
- Möglichkeiten zur Körperkühlung schaffen
- Ergänzung des Ernährungskonzepts um leichte Kost, Obst, Gemüse und anderen wasserhaltigen Lebensmitteln



Digitale Vernetzungsveranstaltung „Hitzeresilienz in der stationären Pflege“

16. November 2023, 14:00 – 16:30 Uhr

Anmeldung unter:

<https://veranstaltungen.awo.org/event/hitzerosilienz-der-stationaeren-pflege>

Bei Fragen und Anregungen wenden Sie sich gerne an mich

Elisabeth Olfermann

AWO Bundesverband e. V.

Referentin/Projektleitung „Hitzeschutz in der stationären Pflege“

Abteilung Qualitätsmanagement / Nachhaltigkeit

T.: + 49 (0)30 26 309 258

H..: +49 (0)151 61580196

Elisabeth.Olfermann@awo.org

Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!