

MERKBLATT - EXTRAMURALE PFLEGE

Extreme Wärme ist eine Herausforderung für die menschliche Gesundheit. Insbesondere die Kombination von hoher Temperatur, Luftfeuchtigkeit und längeren Hitzeperioden begünstigt das Auftreten von Hitzestress und hitzebedingten Erkrankungen.

Steigende Temperaturen bringen einen erhöhten Pflege- Betreuungsanspruch seitens der zu betreuenden Personen mit sich. **Hochrisiko-/ Pflegediagnosen** können als Basis für die Planung von Maßnahmenbündel zur Vorbereitung auf Hitzewellen dienen. Zusätzlich dienen sie zur Darstellung des erhöhten Pflege- und Betreuungsaufwandes.

Mögliche Folgen exzessiver Hitzebelastung

- Dehydrierung, geänderte Blutvolumenverteilung und Temperaturregulierung sowie veränderte Medikamentenspiegel mit Konsequenzen für Kinetik und Ausscheidung und damit auch die jeweilige pharmakologische Aktivität (alle Medikamente)
- erhöhte Toxizität bzw. verringerte Wirksamkeit von Arzneimitteln, insbesondere bei engem therapeutischem Index (Digoxin oder Lithium)

Pflege- und Betreuungspersonal - Beobachtung der Risikopersonen

Vorbereitungen

- gefährdete Personen identifizieren um gezielt Maßnahmen setzen zu können
- Medikamentenliste der Klientinnen/Klienten und Bewohnerinnen/Bewohner von zuständigen Ärztinnen und Ärzten kontrollieren lassen
- Einfuhrprotokolle und regelmäßige Überwachung von Blutdruck, Hydratierung, Körpertemperatur und Puls
- das Thema Hitze im Kollegium besprechen und ggf. gemeinsame Maßnahmen erarbeiten
- Bauliche Veränderungen zum Hitzeschutz benötigen eine Vorlaufzeit - Maßnahmen müssen daher rechtzeitig in die Wege geleitet werden

Während der heißen Phasen

- Die Aufforderung „viel Trinken“ gilt für den Großteil der Bevölkerung, vor allem für ältere Menschen deren Durstgefühl beeinträchtigt ist.

Vorsicht ist bei Einfuhrbeschränkungen aufgrund von chronischen Erkrankungen geboten!

Exzessives Trinken reinen Wassers kann zu einer schweren Hyponatriämie samt Komplikationen wie Schlaganfall und zum Tode führen.

- dafür sorgen, dass Klientinnen/Klienten und Bewohnerinnen/Bewohner die Hitze meiden und atmungsaktive Kleidung tragen
- Innenraumtemperaturen überwachen
- kühlen Raum mit einer Raumtemperatur zwischen 20 – 25 °C bereitstellen
- für eine ärztliche Überprüfung der klinischen Versorgung gefährdeter Klientinnen/Klienten und Bewohnerinnen/Bewohner und deren Medikation sorgen
- Einfuhr der Klientinnen/Klienten und Bewohnerinnen/Bewohner überwachen
- Nichtalkoholische, ungesüßte Getränke und leichte, flüssigkeitshaltige Speisen anbieten
- Blutdruck, Hydratierung, Körpertemperatur und Puls überwachen
- auf frühe Anzeichen einer hitzebedingten Erkrankung achten und erforderliche Maßnahmen einleiten

Medikamentenmanagement

Hitze kann auf verschiedenen Ebenen die Qualität einer Arzneimitteltherapie beeinflussen und so deren Wirksamkeit und Sicherheit verändern.



Ausführliche Informationen können dem Merkblatt für Gesundheitsberufe – Medikamente entnommen werden.

Allgemeine Maßnahmen für Innenräume

- Regelmäßige Temperaturkontrollen in Innenräumen, tagsüber sollte die Raumtemperatur unter 32°C und nachts unter 24°C liegen
- in der Nacht und frühmorgens Fenster zur Abkühlung der Innenräume öffnen
- nach dem morgendlichen Lüften Fenster schließen
- Rollos, Vorhänge, Markisen oder Jalousien an Fenstern anbringen
- Außen- und Innenbeschattung der Fenster verringert ein Aufheizen durch die Sonne
- Beleuchtungskörper und elektrische Geräte, wenn möglich ausschalten (Ausnahme Kühlschrank und Kühlgeräte)
- Ventilatoren können Linderung verschaffen, bei Temperaturen über 35°C können dadurch jedoch hitzebedingte Erkrankungen ggf. nicht verhindert werden. Darüber hinaus können Ventilatoren eine zu starke Dehydrierung verursachen. **Ventilator in einiger Entfernung zur Person aufstellen und nicht auf den Körper richten. Regelmäßig trinken!**
- Mobile Verdunstungskühler können bei steigenden Temperaturen besonders effektiv sein, die die Wirkung sinkt jedoch bei hoher relativer Luftfeuchtigkeit. Gebrauchsanweisung des Gerätes beachten!
- Der Einsatz lokaler Klimaanlage kann Erleichterung bringen. Herstellerangaben zur Reinigung und Wartung beachten!
- An die Möglichkeit von Stromausfällen denken

Hausinterne Ressourcen

Im Verlauf von länger anhaltenden Hitzeperioden kann es zur Überlastung der hausinternen Ressourcen kommen – daher ist es wichtig die Kapazität des eigenen Betriebes richtig einzuschätzen, um Anpassungsmaßnahmen planen und umsetzen zu können:

- Erstellung eines hausinternen Aktionsplans für Hitzebelastung
- Identifikation von Risikopersonen
- Analyse der räumlichen Gegebenheiten, Planung bzw. Umsetzung von notwendigen Maßnahmen wie Außenjalousien, Lüftungsmöglichkeiten, Klimaanlage
- Atmungsaktive Bettwäsche
- Sicherstellung des Informationsflusses im Haus
- Schulung/Nachschulung von Pflege- und Betreuungspersonal
- atmungsaktive Dienstkleidung
- Personalressourcenplanung

Zusätzliche Informationen für medizinisches Fachpersonal und Pflegedienste

Berücksichtigt sind chronische, aber keine akuten Erkrankungen. Infektionen, Fieber, Magen-Darm-Katarrh und Hautinfektionen sind jedoch auch Risikofaktoren für eine hitzebedingte Sterblichkeit.



Bei akuten Geschehen bitte dem hausinternen Notfallprotokoll folgen!



Weitere Informationen unter:

www.ktn.gv.at > Themen A - Z > Gesundheit > Umweltmedizin > Hitzeschutzplan Kärnten

ERKRANKUNG	AUSWIRKUNG
Diabetes mellitus und andere endokrine Störungen	Diabetes Typ 1 und 2 gehen mit einer gestörten Hautdurchblutung einher, was zu einer verringerten Wärmeableitung führen kann. Auch können Stoffwechsel und Schweißfunktion beeinträchtigt sein.
Organische psychische Störungen, Demenz, Alzheimer-Krankheit	Verringertes Bewusstsein für hitzebedingte Risiken und Verhaltensanpassungen, große Hilfsbedürftigkeit, Zusammenwirken mehrerer Arzneimittel bei der Regulierung der Körpertemperatur.
Störungen auf Grund von Drogenmissbrauch	Veränderungen der physiologischen Reaktionen und des Verhaltens durch psychoaktive Substanzen und Alkohol.
Schizophrenie, schizotype und wahnhaftige Störungen	Große Hilfsbedürftigkeit, Verordnung psychotroper Medikamente
Neurologische Krankheiten, z.B. Parkinson-Krankheit und Erkrankungen, die mit kognitiven Störungen einhergehen	Potenziell eingeschränktes Bewusstsein und eingeschränkte Mobilität, große Pflegebedürftigkeit, Verordnung psychotroper Medikamente.
Herz-Kreislauf-Erkrankungen (einschließlich Bluthochdruck, koronare Herzerkrankung, Reizleitungsstörungen)	gestörte Regulierung der Körpertemperatur und hohes Risiko einer akuten Koronararterien- und Zerebralthrombose, verringerte Kreislaufreaktion und Temperaturregulierung sowie geänderte Blutzusammensetzung auf Grund von Dehydrierung (Defizit von 1% des Körpergewichts). Geänderte Nierenfunktion kann bei älteren Patienten/Patientinnen zu lebensbedrohlichen Herzrhythmusstörungen führen. Zustandsverschlechterungen durch geänderte Kreislauffunktion, Temperaturregulierung und Blutzusammensetzung können bei Hochdruckpatienten nach plötzlichem Abfall des arteriellen Drucks zu einer tödlichen zerebralen Ischämie führen. Veränderungen im peripheren Kreislauf können zu einer schlechteren Regulierung der Körperkerntemperatur führen.
Atemwegserkrankungen, chronische Erkrankung der unteren Atemwege	Kombination aus Hitze und Luftverschmutzung beeinflusst Pathogenese und klinische Vorgeschichte von Atemwegserkrankungen (Asthma, chronische Bronchitis); Verschlechterung bereits bestehender Erkrankungen (chronisch obstruktive Lungenerkrankung (COPD)) durch Hyperventilation und Dyspnoe; erschwerte Wärmeableitung (Ausweitung der peripheren Gefäße, Hypovolämie).
Nierenerkrankungen, Nierenversagen, Nierensteine	verringerte Nierenfunktion auf Grund eines Ungleichgewichtes von Elektrolyten und Wasser infolge von Hyperthermie und Dehydrierung, insbesondere bei älteren Menschen.
Adipositas	gestörte Hitzewahrnehmung oder verringerte Fähigkeit zur Wärmeableitung durch kleineres Verhältnis von Körperoberfläche zu Körpermaße, was die Schweißverdunstung behindert
Andere chronische Krankheiten	Schweißdrüsenverlust durch Sklerodermie, bei zystischer Fibrose hoher Elektrolytverlust durch Schwitzen