



Hitzeschutzplan für ambulante Pflegedienste



Inhaltsverzeichnis

1	Einführung.....	3
2	Relevanz des Themas für ambulante Pflegedienste	3
2.1	Gesundheitliche Risiken durch Hitze	3
2.2	Herausforderungen für ambulante Pflegedienste	3
2.3	Bedeutung von Hitzeschutz.....	4
3	Maßnahmen	4
3.1.	Struktur und Verantwortlichkeiten.....	4
3.2	Kommunikationskaskade.....	5
3.3	Zeitplan.....	6
3.4	Praktische Maßnahmen.....	7
4	Hilfsmittel	11
	Praktische Empfehlungen	11
5	Schulung und Unterweisung	12
5.1	Ermittlung des Schulungs- und Unterweisungsbedarfs	12
5.2	Erstellung eines Schulungsplans.....	13
5.3	Schulungs- und Unterweisungsthemen	13
6	Organisations- und Personalplanung	13
6.1	Organisationsplanung.....	13
6.2	Personalplanung	14
7	Praxismerkmale.....	15
7.1	Maßnahmen zu Hitzeschutzberatung und Prävention	15
7.2	Anpassung der Pflegeeinsätze und Routenplanung.....	15
7.3	Ausstattung und Unterstützung der Pflegekräfte	15
7.4	Ernährung und Flüssigkeitsversorgung der Pflegebedürftigen	16
7.5	Arbeitsschutz für Pflegekräfte bei Hitze.....	16



1 Einführung

Die zunehmende Häufigkeit und Intensität von Hitzeereignissen infolge der Klimakrise stellt eine wachsende gesundheitliche Herausforderung dar. Insbesondere in ambulanten Einrichtungen, in denen Betreute meist einer höheren Vulnerabilität ausgesetzt sind, aber auch Mitarbeitende, die unter diesen Bedingungen (körperliche) Arbeit verrichten, erfordert dies besondere Vorsorge.

Durch den Hitzeaktionsplan verfolgt die Stadt Stuttgart das Ziel, die Gesundheit und das Wohlbefinden der Stuttgarter Bevölkerung zu schützen. Dazu ist es notwendig, dass gerade die Akteurinnen und Akteure zusammenarbeiten, die alltäglich mit besonders vulnerablen Gruppen zu tun haben. Dies empfiehlt die Stadt Stuttgart in Form eines Hitzeschutzplans. Ziel dieses Plans ist es, durch präventive Maßnahmen und klare Handlungsrichtlinien die Gesundheit, Sicherheit und das Wohlbefinden aller Beteiligten zu schützen.

Mit diesem Musterentwurf soll eine Grundlage für alle ambulanten Pflegeeinrichtungen geschaffen werden, um eine sichere und gesunde Umgebung zu gewährleisten, in der sowohl Betreute als auch Mitarbeitende bestmöglich vor den Auswirkungen von extremen Hitzebedingungen geschützt sind.

2 Relevanz des Themas für ambulante Pflegedienste

2.1 Gesundheitliche Risiken durch Hitze

Hitze stellt ein erhebliches Gesundheitsrisiko dar, insbesondere für Menschen, die auf ambulante Pflege angewiesen sind. Ältere Menschen, chronisch Kranke oder Personen mit eingeschränkter Mobilität sind besonders gefährdet, da sie oft unter einer verminderten körperlichen Resilienz leiden und ihre Fähigkeit, auf Hitzebelastungen adäquat zu reagieren, eingeschränkt sein kann.

Hitzewellen erhöhen das Risiko für Hitzschlag, Dehydratation sowie die Verschlechterung von Herz-Kreislauf- und Atemwegserkrankungen. Tropennächte (Minimaltemperaturen über 20°C) verschärfen diese Gefahren, da der Körper in solchen Nächten keine ausreichende Abkühlung erfährt. Besonders problematisch ist, dass viele Pflegebedürftige ein eingeschränktes Durstempfinden haben oder aufgrund kognitiver Beeinträchtigungen nicht eigenständig für eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr sorgen können.

2.2 Herausforderungen für ambulante Pflegedienste

Ambulante Pflegedienste stehen bei Hitzewellen vor der Herausforderung, Pflegebedürftigen eine angemessene Betreuung zu gewährleisten, obwohl sie selbst stark von äußeren Bedingungen wie hohen Temperaturen betroffen sind. Pflegenden müssen oft längere Zeit in unklimatisierten Räumen arbeiten oder lange Autofahrten zwischen den Einsätzen absolvieren, was die körperliche Belastung durch Hitze erhöht.

Hinzu kommt, dass viele Pflegebedürftige in Wohnungen leben, die schlecht belüftet oder unzureichend gegen Hitze geschützt sind. In dicht bebauten Stadtgebieten oder Wohnungen mit starker Sonneneinstrahlung können die Raumtemperaturen gefährlich ansteigen. Zudem kann die individuelle Mobilität oder kognitive Einschränkungen der Pflegebedürftigen eine aktive Mitwirkung an Hitzeschutzmaßnahmen erschweren.



2.3 Bedeutung von Hitzeschutz

Ambulante Pflegedienste spielen eine entscheidende Rolle beim Schutz vulnerabler Gruppen vor den gesundheitlichen Risiken extremer Hitze. Angesichts der zunehmenden Häufigkeit und Intensität von Hitzewellen ist es unabdingbar, proaktive Maßnahmen zu etablieren, um die Sicherheit und das Wohlbefinden der Pflegebedürftigen zu gewährleisten und gleichzeitig die Gesundheit der Pflegekräfte zu schützen.

Ein wirksamer Hitzeschutzplan für ambulante Pflegedienste stellt sicher, dass Pflegendе sowohl präventiv handeln als auch in akuten Situationen schnell und effektiv reagieren können. Maßnahmen wie die regelmäßige Überprüfung der Flüssigkeitsaufnahme der Pflegebedürftigen, die Beratung zur Kühlung von Wohnräumen, das Mitführen von Getränken und kühlenden Hilfsmitteln sowie die Anpassung von Einsatzplänen an die Tageshitze tragen entscheidend zur Risikominderung bei.

Durch klare Handlungsrichtlinien und regelmäßige Schulungen kann sichergestellt werden, dass sowohl die Pflegebedürftigen optimal betreut werden als auch die Pflegekräfte selbst gesund und einsatzfähig bleiben.

3 Maßnahmen

3.1. Struktur und Verantwortlichkeiten

Ein umfassender Hitzeschutzplan erfordert eine klare Zuweisung von Verantwortlichkeiten, um sicherzustellen, dass angemessene Maßnahmen ergriffen werden, damit die Gesundheit, Sicherheit und das Wohlbefinden der Pflegebedürftigen sowie Mitarbeitenden gewährleistet werden kann. Durch eine klare Übertragung von Verantwortlichkeiten und eine koordinierte Zusammenarbeit aller Betroffenen kann eine wirksame Reaktion auf Hitzeereignisse bestmöglich gewährleistet werden.

Die Benennung verantwortlicher Personen für den Hitzeschutz ist der erste Schritt zur Koordination aller Maßnahmen. Diese Personen sollten eng in die Entwicklung und Umsetzung eines Hitzeschutzplans eingebunden werden.

- Die **Leitung** des ambulanten Dienstes trägt die Verantwortung für die Entwicklung, Umsetzung und Evaluation des Hitzeschutzplans. Sie legt allgemeine Regelungen und Ziele fest, stellt die erforderlichen Ressourcen bereit und koordiniert die Verantwortlichkeiten. Sie kann dabei von einer Arbeitsgemeinschaft unterstützt werden. Der Plan ist dann durch die Verantwortlichen anzupassen, umzusetzen und regelmäßig zu beurteilen.
- Darüber hinaus ist eine Person als **Hitzeschutzbeauftragte** festzulegen. Diese ist die Ansprechperson in der Einrichtung, überwacht Hitzewarnungen und kommuniziert diese gemäß der Kommunikationskaskade weiter. Hitzeschutzbeauftragte sind auch für die Einleitung der Maßnahmen zur Vorbereitung auf den Sommer verantwortlich und die Mitarbeitenden bei ihrer Umsetzung zu unterstützen.
- **Sicherheitsbeauftragte** nehmen eine wichtige Rolle bei der Überprüfung der Arbeitsbedingungen und der Identifizierung von potenziellen Hitzebelastungen am Arbeitsplatz ein. Sie sind eindringlich zu ermutigen ihre Rolle hier wahrzunehmen.



- Das **Planungsteam** oder die **Einsatzleitung** trägt die Verantwortung für die Organisation des Arbeitsalltags während Hitzeperioden. Dazu gehört die Anpassung von Tourenplänen, die Priorisierung besonders vulnerabler Personen und die Kommunikation von Maßnahmen und Warnhinweisen an das Team.
- **Pflegekräfte** und **Mitarbeitende** im Außendienst spielen eine Schlüsselrolle im direkten Kontakt mit den betreuten Personen. Sie erkennen hitzebedingte Risiken, leiten präventive Maßnahmen ein und sensibilisieren die betreuten Personen sowie deren Angehörige für den Hitzeschutz. Gleichzeitig sind sie für ihren eigenen Schutz verantwortlich, etwa durch das Einhalten von Pausen und das Trinken von ausreichend Flüssigkeit.

Fremdschutz

Mitarbeitende sollten die Bedürfnisse und das Wohlbefinden der Pflegebedürftigen stets im Blick halten, besonders während Hitzeperioden. Sie müssen sicherstellen, dass Pflegebedürftige stets angemessen vor Hitze geschützt sind, indem sie bspw. Zugang zu ausreichend Flüssigkeit, zu abgedunkelten (möglichst kühlen) Räumen und geeigneter Kleidung haben. Darüber hinaus sollten Mitarbeitende wissen, wie sie bei hitzebedingten Notfällen reagieren und die entsprechenden Maßnahmen einleiten.

Selbstschutz

Mitarbeitende müssen daneben auch für ihren eigenen Schutz sorgen, indem sie hitzebedingte Risiken erkennen und entsprechende Maßnahmen ergreifen. Dazu gehört u.a. die Vermeidung von Überanstrengung bei hohen Temperaturen und die Aufrechterhaltung einer ausreichenden Flüssigkeitszufuhr.

3.2 Kommunikationskaskade

Die Kommunikationskaskade im Rahmen des Hitzeschutzplans ist ein strukturiertes System der Informationsweitergabe, das sicherstellt, dass relevante Informationen über Hitzebelastungen oder -risiken effizient und zeitnah weitergegeben werden. Dieses System ist entscheidend, um in hitzebedingten Situationen eine schnelle Reaktion zu ermöglichen und die Gesundheit, Sicherheit sowie das Wohlbefinden aller Beteiligten zu gewährleisten.

1. **Hitzewarnungen:** Die Leitung oder die hitzeschutzbeauftragte Person erhalten Warnungen, z. B. Über den DWD und gibt diese an die entsprechenden Mitarbeitenden weiter.
2. **Informationsweiterleitung:** Die **Einsatzleitung** sorgt dafür, dass alle Pflegekräfte rechtzeitig über Hitzewarnungen informiert werden und die notwendigen Maßnahmen kennen.
3. **Betreuung:** Die **Mitarbeitenden** selbst bilden die letzte Ebene der Kommunikationskaskade. Sie geben die Informationen an die betreuten Personen und ggf. deren Angehörige weiter und setzen Schutzmaßnahmen um.



3.3 Zeitplan

Vorbereitung auf den Sommer

Die Vorbereitungen beginnen rechtzeitig vor der Hitzeperiode. Nach aktuellem Stand ist das im Monat April bis Juni. Die Vorbereitungen umfassen:

- die Durchführung einer aktuellen **Risikobewertung**, die besonders gefährdete Pflegebedürftige identifiziert, z. B. aufgrund kognitiver Einschränkungen oder ungünstiger Wohnverhältnisse.
- Die **Schulung** der Mitarbeitenden, durch welche Wissen über hitzebedingte Gesundheitsrisiken und Schutzmaßnahmen vermittelt wird.
- Die **Sensibilisierung** von Pflegebedürftigen und Angehörigen. Dadurch wird über die Risiken von Hitze und einfache Selbstschutzmaßnahmen aufgeklärt, wie z. B. ausreichende Flüssigkeitszufuhr und das Schaffen kühler Umgebungen.
- Die **organisatorische Vorbereitung**, die die Anpassung von Tourenplänen und die Priorisierung vulnerabler Gruppen während Hitzeperioden vorsieht.

Darüber hinaus wird eine Maßnahmenbewertung durchgeführt, die die laufenden Maßnahmen evaluiert und ggf. anpasst.

Auf Grundlage dieser Bewertungen werden gezielte Maßnahmen ergriffen oder angepasst, um die Risiken zu minimieren.

Umsetzung

Während der Sommermonate steht die kontinuierliche Begleitung und Überwachung der betreuten Personen wie auch der Mitarbeitenden im Fokus. Besondere Aufmerksamkeit gilt den vulnerablen Gruppen wie chronisch Kranken oder auch Herz-/Nierenvorerkrankten. Diese werden regelmäßig auf Anzeichen von Hitzebelastungen überwacht und erhalten ggf. zusätzliche Unterstützungs-, Hilfestellungsangebote. In dieser Phase ist der Kontakt zu und der Austausch unter den Mitarbeitenden besonders zu fördern. Sie erhalten regelmäßig eine Lageeinschätzung über die aktuellen Wetterbedingungen und die daraus resultierenden Hitzebelastungen sowie Unterstützung zur Anpassung notwendiger Maßnahmen, bspw. der Anpassung von Arbeitsabläufen. Darüber hinaus werden sie kontinuierlich ermutigt, auf ihre eigenen Körpersignale zu achten und bei Anzeichen von Überhitzung oder Unwohlsein Maßnahmen zu ergreifen oder Unterstützungshilfe einzufordern. Weitere Maßnahmen werden durch die zwei Hitzewarnstufen (Warnstufe 1 „Starke Hitzebelastung“ oder Warnstufe 2 „Extreme Hitzebelastung“) ausgelöst.

Nachbereitung

Nach Abschluss der Hitzewelle erfolgt eine Bewertung der Maßnahmen, um Erkenntnisse für die Zukunft zu gewinnen. Dabei werden sowohl die gesundheitlichen Auswirkungen auf die betreuten Personen als auch die Erfahrungen der Mitarbeitenden reflektiert. Diese Erkenntnisse fließen in die Überarbeitung des Hitzeschutzplans ein.



3.4 Praktische Maßnahmen

O = Organisation

M = Mitarbeitende

X = weitere Gruppen

Maßnahmen zur Vorbereitung auf den Sommer

	Maßnahme	O	M	X
Struktur	Hitzebeauftragte ernennen	X		
	Kommunikationskaskade festlegen	X		
	Festlegen von Mechanismen für die Maßnahmenbewertung und laufende Aktualisierung	X		
	Evaluation der Hitzeschutzmaßnahmen des letzten Sommers	X		
Schulungen	Schulungsbedarf ermitteln	X		
	Schulungsmaterial bereithalten	X		
	Schulungs- und Unterweisungsführung dokumentieren	X		
	Konzept zum Einbezug von nicht-medizinischem Personal entwickeln und durchführen	X		
Arbeitsabläufe	Mehrbedarfe an Personal während Hitzeperioden ermitteln	X		
	Gewährleistung des Arbeitnehmerschutzes während Hitzeperioden prüfen	X		
	Ausreichend angemessene Arbeitskleidung zur Verfügung stellen	X		
	Hilfsmittel wie z. B. Kühlwesten, Feuchtigkeitstücher, Vernebelungsdusche bereitstellen	X		
Pflegepraxis	Vorgehen zur Erkennung gefährdeter Personen (z. B. Pflege Assessment)		X	
	Vorgehen und Anpassung der Routenplanung im Extremfall anhand Versorgungstriage	X		
	Hinweise zur Ernährung und Versorgung mit Flüssigkeit an Pflegebedürftige und Angehörige vermitteln, ggf. auch schriftlich	X	X	
	Kommunikationskaskade bei Instabilisierung der Pflegesituation		X	
	Medikamentenlagerung prüfen und optimieren		X	
	Ggf. Prüfung der Arzneimitteltherapie in Bezug auf Hitzetoleranz/-verträglichkeit		X	

Maßnahmen während der Sommermonate

	Maßnahme	O	M	X
Arbeitsabläufe	Personalressourcenplanung bzw. Arbeitseinteilung an	X		



e	Bedarf durch hohe Temperaturen anpassen			
	(Nach-) Schulungen für pflegerisches und betreuendes Personal (z. B. Zu Gefährdung durch Hitze, pflegerische Maßnahmen, Prävention, Erste Hilfe, Abrechnung von Leistungen, Maßnahmen zur Temperatursenkung)		X	
	Auf Überprüfung der Funktionsfähigkeit von Jalousien und Sonnenschutz und der Temperaturentwicklung in Innenräumen hinweisen	X		
	Auf Überprüfung der sonnengeschützten Lagerung von Arzneimitteln unter Beachtung der maximalen Lagerungstemperatur hinweisen	X		
Pflegepraxis	Pausen- und Ruhezeiten einhalten		X	
	Hilfsmittel nutzen		X	
	Beobachtung zu beeinträchtigender Raumsituation oder Hinweise auf hitzebedingte Gesundheitsbeeinträchtigung regelmäßig rückmelden		X	
	Ressourcenplanung für bedarfsgerechte Arbeitsverteilung	X	X	
	Schwere körperliche Arbeit soweit wie möglich auf kühlere Zeiten verlegen (frühmorgens/ spätabends)		X	
	Gefährdete Personen in einer fortlaufend aktualisierten Risikopersonenliste erfassen bzw. Aspekt in bestehende Dokumentationsstandards integrieren		X	
	Nötige Behelfen zur Reduktion von Hitzebelastung sowie evtl. Trinkwasservorräte erfassen und bereitstellen		X	
	Ärztliche Überprüfung des Medikamentenplans veranlassen		X	
	Mobile Pflegebedürftige befähigen/motivieren Hitzeexposition zu verringern		X	
	Pflegebedürftige zur Flüssigkeitsaufnahme befähigen/motivieren ggf. Trinkmengendokumentation durchführen		X	
	Auf leichtes Essen hinweisen/bereitstellen		X	
	Auf Kühlschrankskontrolle und ggf. Entsorgung hinweisen		X	
	Auf genügend Getränke in Reichweite hinweisen		X	
	Sicherstellen aktueller Liste von Notfallkontakten		X	
	Information über Prüfung der Raumtemperatur und Messmöglichkeiten		X	
	Hinweis auf Überprüfung von Aufenthaltsbereichen in der Wohnung auf Hitzeexposition und Aufenthaltsplan entwickeln		X	



	Motivation von Pflegebedürftigen und An- und Zugehörigen zum Aufenthalts- und Raumwechsel		X	
Informationen	Informationen bereitstellen für mobile Pflegebedürftige und An-/ Zugehörige über: <ul style="list-style-type: none"> – optimale Zeiten für Aktivitäten – Verwendung von Kopfbedeckung und Sonnencreme – Nahegelegene, öffentlich zugängliche kühle Zonen – An-/Zugehörige: tägliche Kontaktaufnahme zu Pflegebedürftigen während Hitzeperioden 		X	
	Aufmerksamkeit anderer Anwohnender durch Bereitstellung von Informationsmaterial im Hausflug		X	

Zusätzliche Maßnahmen bei Warnstufe 1

	Maßnahme	O	M	X
Organisation	Hitzeerkrankungen systematisch erfassen	x		
Pflegepraxis	Aufmerksamkeit gegenüber Risikopersonen erhöhen, insbesondere Alleinlebender		X	
	Maßnahmen zur Senkung der Raumtemperatur und Belüftung einleiten		X	
	Aufklärung über Möglichkeiten zur aktiven Kühlung (z. B. Waschschüssel, Kühlpacks etc.)		X	
	In kühlere Aufenthaltsräume der Wohnung wechseln		X	
	Risikopersonen vermehrt aufsuchen, ggf. Trinkplan und Flüssigkeitsbilanzierung durchführen		X	
	Überprüfung von Kleiderwahl und Kopfbedeckung und ggf. anpassen		X	
	Beurteilung in Bezug auf Austrocknungserscheinungen oder sonstigen gesundheitlichen Auffälligkeiten		X	
	Dokumentation und Meldung von Zeichen von Hitzebelastung oder Instabilisierung der Pflegesituation		X	
	Zuständige allgemeinmedizinische Praxis bzw. Rettungsdienst einschalten beim Feststellen von unklaren Gesundheitszuständen		X	
Mitarbeitende	Bereitstellung leichter, atmungsaktiver Dienstkleidung	X		
	Ausreichende Versorgung mit Getränken sicherstellen	X		
	Ggf. Bereitstellung mobiler Kühlungsgeräte	X		
	Ggf. Maskenpausen verlängern	X	X	
	Ggf. Kühlwesten testen falls verfügbar	X	X	
	An-/Zugehörige an tägliche Kontaktaufnahme während Hitzeperioden erinnern		X	X



Zusätzliche Maßnahmen bei Warnstufe 2

	Maßnahme	O	M	X
Pflegepraxis	Versorgung priorisieren und Routenplanung laut Versorgungstriage anpassen	X		
	Verstärkte pflegerische/medizinische Betreuung (Erfassung Körpertemperatur, u. U. Flüssigkeitsbilanzierung)		X	
	Wenn mgl. Kurzfristigen Umzug in andere Haushalte oder Einrichtungen veranlassen, falls kurzfristige Maßnahmen zur Senkung der Raumtemperatur nicht möglich sind oder Instabilisierung der Pflegesituation eintritt		X	

Maßnahmen nach der Hitze

	Maßnahme	O	M	X
Bewertung	Auswertung der Nachbesprechungen	X		
	Auswertung aufgekommener Hitzerkrankungen	X		
	Interne Nachbesprechungen mit Evaluation der Hitzeschutzmaßnahmen		X	
Anpassung	Ggf. Anpassung interner Abläufe, Standards, Maßnahmen	X		
	Ermitteln von Investitionsbedarf für notwendige Anschaffungen	X		
	Zusammenfassung aller Auswertungen	X		
	Ggf. Anpassung des Hitzeschutzplans	X		
	Ggf. Schulungsmaterialien ergänzen/anpassen	X		
	Qualitätssiegel für Pflegedienste zu Klimaanpassung bzw. Hitzeschutz anregen bzw. erlangen	X		
	Netzwerke in der Kommune pflegen (z. B. Allgemeinmedizinische und therapeutische Praxen, Nachbarschaftshilfen, Quartiersmanagement, An- und Zugehörige, Betroffenenvertretungen)	X		
	Anwaltschaftliches einsetzen für Pflegebedürftige, indem bei Bedarf baulich-technische Hitzeschutzmaßnahmen empfohlen werden, z. B. durch Verweis auf ein Gespräch mit der Wohnungsvermietung	X	X	



4 Hilfsmittel

Hilfsmittel spielen eine wesentliche Rolle, um Pflegekräfte und zu betreuende Personen während Hitzeperioden zu schützen. Sie fördern die Gesundheit, Sicherheit und das Wohlbefinden sowohl der Mitarbeitenden als auch der pflegebedürftigen Personen und helfen, Hitzestress sowie hitzebedingte Erkrankungen zu vermeiden. Ein effektives persönliches Klimamanagement und die Bereitstellung passender Hilfsmittel tragen wesentlich zur Entlastung aller Beteiligten bei.

Die gezielte Nutzung von Hilfsmitteln wie kühlenden Textilien, Trinkhilfen oder tragbaren Ventilatoren kann dazu beitragen, die Auswirkungen von Hitze zu reduzieren. Ambulante Pflegedienste sollten sicherstellen, dass diese Hilfsmittel verfügbar sind und ihre Anwendung gefördert wird.

Praktische Empfehlungen

Die nachfolgenden Hilfsmittel können in ambulanten Pflegediensten wirkungsvoll eingesetzt werden:

1. Ventilatoren – Verbesserung der Luftzirkulation

- Tragbare Ventilatoren sind ideal, um die Luftzirkulation in Wohnungen oder Pflegebereichen zu verbessern.
- Ventilatoren helfen, die Luftzirkulation zu verbessern, und können in Räumen bis etwa 35°C eine spürbare Erleichterung schaffen.
- Sie sind besonders effektiv, wenn sie während des frühmorgendlichen oder spätabendlichen Lüftens eingesetzt werden, um die kühlere Luft im Raum zu verteilen.
- Hinweis: Sie sollten während der kühlestes Tageszeiten eingesetzt werden, z. B. frühmorgens oder abends, um die Raumtemperatur zu senken. Bei höherer Außentemperatur ist darauf zu achten, dass sie keine warme Luft zirkulieren lassen.

2. Kühlende Textilien – z. B. Kühlwesten und feuchte Tücher

- Kühlende Textilien, die Feuchtigkeit aufnehmen und durch Verdunstung Kühle erzeugen, senken die Körpertemperatur effektiv.
- Feuchte Tücher oder Kühlwesten eignen sich besonders gut für die Anwendung bei Bewohnenden oder Mitarbeitenden, die eine schnelle und gezielte Abkühlung benötigen.
- Hinweis: Regelmäßige Überprüfung und Austausch der Textilien ist wichtig, um eine durchgängige Kühlung sicherzustellen.

3. Trinkhilfen und mobile Trinkstationen

- Pflegekräfte können tragbare Trinkhilfen bereitstellen, um pflegebedürftige Personen regelmäßig an das Trinken zu erinnern.
- Hinweis: Getränke sollten leicht zugänglich, abwechslungsreich und ansprechend sein (z. B. durch Zugabe von Früchten oder Kräutern), um die Trinkbereitschaft zu fördern.

4. Cool Pads oder Kühlkompressen



- Cool Pads können gezielt auf Körperpartien wie Stirn, Handgelenke oder Nacken aufgelegt werden, um lokal eine angenehme Kühlung zu schaffen.
- Sie sind besonders hilfreich für hitzeempfindliche Personen oder bei akuten Beschwerden wie Schwellungen oder Überhitzung.
- Hinweis: Diese sollten vorab vorbereitet und kühl gelagert werden, um im Bedarfsfall schnell einsetzbar zu sein.

5. Kühlende Hand-/Arm- und Fußbäder

- Hand-, Arm- oder Fußbäder mit kühlem Wasser sind eine einfache, aber äußerst wirksame Methode, um die Körpertemperatur zu senken.
- Diese Maßnahme ist besonders geeignet, um hitzeempfindliche Personen gezielt zu entlasten und das Wohlbefinden zu steigern.
- Hinweis: Diese Maßnahme kann auch im Rahmen der pflegerischen Betreuung als Entspannungsritual genutzt werden.

6. Sonnenschutz für unterwegs

- Mitarbeitende, die häufig unterwegs sind, können Sonnenschutzmaßnahmen wie Sonnenschutzfolien für Fahrzeuge oder tragbare Schirme nutzen, um direkte Sonneneinstrahlung zu minimieren.
- Hinweis: Fahrzeuge sollten zudem mit ausreichender Klimatisierung oder Lüftungsmöglichkeiten ausgestattet sein.

Der gezielte Einsatz dieser Hilfsmittel unterstützt Pflegekräfte und zu betreuende Personen effektiv bei der Bewältigung von Hitzeperioden. Ambulante Dienste sollten die Verfügbarkeit dieser Maßnahmen sicherstellen und Mitarbeitende regelmäßig in deren Anwendung schulen. Dies trägt nicht nur zur Gesunderhaltung der Beteiligten bei, sondern auch zur Aufrechterhaltung einer hohen Betreuungsqualität selbst unter extremen Wetterbedingungen.

5 Schulung und Unterweisung

Schulungen und Unterweisungen für Mitarbeitende zum Umgang mit Hitze sind ein essenzieller Bestandteil eines effektiven Hitzeschutzplans in ambulanten Pflegediensten. Sie schaffen Bewusstsein für die Risiken von Hitzebelastungen und befähigen die Mitarbeitenden, präventive und akute Maßnahmen zum Schutz der Gesundheit und des Wohlbefindens sowohl der betreuten Personen als auch der Mitarbeitenden selbst umzusetzen.

5.1 Ermittlung des Schulungs- und Unterweisungsbedarfs

Die Identifikation von Schulungs- und Unterweisungsbedarf ist unerlässlich, um sicherzustellen, dass alle Mitarbeitenden über die erforderlichen Kenntnisse und Fähigkeiten verfügen, um mit hitzebedingten Herausforderungen umzugehen. Dies umfasst:

- **Wissenslücken schließen:** Durch die Identifikation von „Wissenslücken“ oder „Fähigkeitsdefiziten“ können gezielte Schulungen angeboten werden. Mitarbeitende werden außerdem auf den aktuellen Stand wissenschaftlicher und praktischer Erkenntnisse zum Hitzeschutz gebracht.
- **Arbeitssicherheit gewährleisten:** Durch gezielte Unterweisungen wird



sichergestellt, dass gesetzliche Vorgaben und Sicherheitsvorschriften eingehalten werden.

- **Führungskräfte unterstützen:** Führungskräfte profitieren von einer Bedarfsanalyse, da sie sicherstellen können, dass ihre Teams adäquat geschult sind, um Aufgaben sicher und korrekt zu erfüllen.

5.2 Erstellung eines Schulungsplans

Ein Schulungsplan strukturiert alle Schulungs- und Unterweisungsaktivitäten zum Thema Hitzeschutz und dient als Grundlage für die Umsetzung. Jeder ambulante Pflegedienst sollte basierend auf ihrem individuellen Bedarf einen solchen Plan entwickeln. Der Plan sollte regelmäßig überprüft und aktualisiert werden, um neue Erkenntnisse und Erfahrungen zu integrieren.

5.3 Schulungs- und Unterweisungsthemen

Die Schulungs- und Unterweisungsthemen sollten zielgruppenorientiert gestaltet werden, um die Bedürfnisse der verschiedenen Mitarbeitenden und der betreuten Personen zu berücksichtigen.

Beispiele für Themen:

- Mitarbeitende: Umgang mit Hitzeschutz während der Hausbesuche
- Pflegepersonal: Dehydratation und Trinkverhalten bei älteren oder kranken Menschen; Medikamente und deren Wechselwirkungen mit Hitze
- An- und Zugehörige: Sensibilisierung für Hitzeschutzmaßnahmen im häuslichen Umfeld

Eine systematische Schulung und Unterweisung der Mitarbeitenden stärkt die Präventionsmaßnahmen gegen Hitzebelastungen und fördert die Sicherheit sowie das Wohlbefinden im ambulanten Dienst. Durch praxisnahe und zielgruppenspezifische Materialien können Schulungen effektiv gestaltet und die Handlungssicherheit aller Beteiligten erhöht werden.

6 Organisations- und Personalplanung

Eine durchdachte Organisations- und Personalplanung ist essenziell, um ambulante Pflegedienste auch während Hitzeperioden handlungsfähig zu halten und sowohl das Wohlbefinden der betreuten Personen als auch den Schutz der Mitarbeitenden sicherzustellen. Gerade bei extremen Wetterbedingungen ist eine optimale Nutzung der Ressourcen entscheidend, um Überlastungen zu vermeiden und ein sicheres sowie gesundes Arbeitsumfeld zu gewährleisten.

6.1 Organisationsplanung

Wenn technische Maßnahmen wie Klimatisierung oder Verschattung in den betreuten Haushalten oder Einrichtungen nicht ausreichen, kommen organisatorische Maßnahmen zum Tragen, um die Belastungen durch Hitze zu mindern. Ziel ist es, Abläufe so zu gestalten, dass sowohl Pflegebedürftige als auch Mitarbeitende bestmöglich geschützt werden. Diese Maßnahmen können beinhalten:

- **Anpassung von Arbeitsabläufen:**



- Verlegung von aufwendigen Pflegebesuchen in kühlere Tageszeiten um die Belastung für alle Beteiligten zu verringern
- Besonders anstrengende Tätigkeiten/Fälle in die frühen Morgen- oder die späten Abendstunden verlegen
- Verstärkung der Nutzung von Telemedizin, Telefonberatung und Videoberatung, um gleichermaßen den erhöhten Bedarfen und den schwereren Arbeitsbedingungen zu begegnen
- **Vermeidung von Hitzestress:**
 - Aufenthalte in der prallen Sonne vermeiden. Bevorzugte Nutzung und Empfehlung von kühlen Orten und schattigen Plätzen.
 - Regelmäßige Trinkpausen einhalten
- **Bereitstellung von Hilfsmitteln:**
 - Sonnenschutzmaßnahmen wie mobile Schattenspenden oder Sonnensegel vor den Wohnbereichen der betreuten Personen können helfen, die Außentemperatur zu regulieren.
 - Bereitstellung oder Förderung von leichter, atmungsaktiver Arbeitskleidung und Anregung für das Tragen leichter, bequemer Kleidung für Pflegebedürftige
 - Bereitstellung von Trinkwasser für Mitarbeitende und Pflegebedürftige, um eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr zu gewährleisten

6.2 Personalplanung

Die Personalplanung während Hitzeperioden dient dazu, die Abläufe im ambulanten Pflegedienst aufrechtzuerhalten, die Arbeitsbelastung zu reduzieren und die Gesundheit der Mitarbeitenden zu schützen. Wichtige Maßnahmen umfassen:

- **Anpassung der Arbeitszeiten:** Arbeitszeiten können so angepasst werden, dass besonders anstrengende Pflegeaufgaben in kühleren Tageszeiten ausgeführt werden.
- **Zusätzliche Pausen:** Längere oder gestaffelte Pausen geben den Mitarbeitenden die Möglichkeit, sich in klimatisierten oder kühleren Räumen zu erholen und den Hitzestress zu reduzieren.
- **Berücksichtigung von Hitzeperioden in der Personalplanung:** Eine ausreichende Personalbesetzung stellt sicher, dass die Pflege auch bei höheren Temperaturen kontinuierlich gewährleistet ist, ohne dass Mitarbeitende überlastet werden.

Eine vorausschauende Organisations- und Personalplanung ist ein wesentlicher Bestandteil eines effektiven Hitzeschutzplans für ambulante Pflegedienste. Sie schützt nicht nur die Gesundheit der Mitarbeitenden und Bewohnenden, sondern sorgt auch dafür, dass auch in Zeiten extremer Hitze hochwertige Pflege aufrechterhalten wird. Verantwortungsvolles Handeln und rechtzeitige Anpassungen fördern das Wohlbefinden aller Beteiligten.



7 Praxismerkmale

Praxismerkmale beschreiben praktische Aspekte oder Umsetzungsideen für einen Plan, eine Strategie oder ein Konzept. Sie verdeutlichen wie der Hitzeschutzplan konkret in ambulanten Pflegediensten angewendet und umgesetzt werden kann. Die Praxismerkmale sollen dabei helfen, sicherzustellen, dass der Hitzeschutzplan nicht nur theoretisch, sondern auch in der Praxis erfolgreich umgesetzt werden kann.

7.1 Maßnahmen zu Hitzeschutzberatung und Prävention

Ein zentraler Bestandteil ist die Sensibilisierung der Pflegebedürftigen und deren Angehörigen.

Aufklärung über Hitzeschutzmaßnahmen

- Pflegekräfte sollten regelmäßig über die Bedeutung von Raumkühlung, ausreichender Flüssigkeitszufuhr und Schutz vor direkter Sonneneinstrahlung informieren. Dabei können einfache Maßnahmen, wie das Abdunkeln von Räumen oder die Nutzung von Ventilatoren empfohlen werden.

Erkennung gefährdeter Personen

- Besonders Personen mit erhöhtem Dehydratationsrisiko oder speziellen Vorerkrankungen sollten während Hitzeperioden engmaschiger betreut werden.

Empfehlung von Hilfsmitteln

- Nutzung von Verdunkelungssystemen, Ventilatoren, leichten Baumwolltextilien, feuchte Tücher oder kleine Sprühflaschen mit Wasser zur Erfrischung können für die Pflegebedürftigen bereitgestellt oder empfohlen werden

7.2 Anpassung der Pflegeeinsätze und Routenplanung

Um die Belastung für Pflegebedürftige und Pflegekräfte zu reduzieren, sollten Arbeitsabläufe optimiert werden:

Einsatzplanung anpassen

- Nach Möglichkeiten sollten Besuche in den Morgen- und Abendstunden priorisiert werden, um die Belastung durch hohe Temperaturen zu minimieren.

Pflegehandlungen gezielt steuern

- Körperlich anstrengende Tätigkeiten wie das Waschen oder Umlagerungen sollten in kühlere Tageszeiten oder Räume verlegt werden.

Notfallpriorisierung

- Es sollte sichergestellt werden, dass besonders gefährdete Personen auch kurzfristig betreut werden können.

7.3 Ausstattung und Unterstützung der Pflegekräfte

Die Arbeitsbedingungen der Pflegekräfte sollten an extreme Temperaturen angepasst sein. Da ambulante Pflegekräfte in privaten Haushalten arbeiten, ist ein angepasstes Konzept erforderlich

- Bereitstellung von leichter, luftdurchlässiger Arbeitskleidung unter Berücksichtigung hygienischer Standards



- Bereitstellung von mobilen Hilfsmitteln wie Ventilatoren oder kühlender Tücher für den Einsatz
- Optimierte Pausenregelung durch Planung von Erholungszeiten in kühlen Räumen oder klimatisierten Fahrzeugen
- Möglichkeit zur Mitnahme von Getränken in Dienstfahrzeugen schaffen und regelmäßige Trinkpausen während der Einsätze

7.4 Ernährung und Flüssigkeitsversorgung der Pflegebedürftigen

Die richtige Ernährung und ausreichende Flüssigkeitszufuhr sind essenziell, um hitzebedingten Gesundheitsproblemen vorzubeugen:

- Pflegekräfte sollten aktiv an eine ausreichende Flüssigkeitsaufnahme erinnern und Getränke bereitstellen. Sie sollten Pflegebedürftige und Angehörige daran erinnern.
- Anpassung des Speiseplans durch Empfehlungen leichter, wasserreicher Speisen wie Obst, Gemüse oder Suppen und geeigneter Getränke wie ungesüßter Tees, verdünnte Fruchtsäfte und kühle (nicht eiskalte) Getränke.
- Bei besonders gefährdeten Personen empfiehlt sich eine Dokumentation und ggf. Anpassung der Trinkmenge.
- Besonders in Hitzeperioden ist eine hygienische Lagerung von Lebensmitteln essenziell, um Lebensmittelvergiftungen zu vermeiden. Pflegekräfte sollten bei Haushalten ohne ausreichende Kühlmöglichkeiten auf alternative Lösungen hinweisen.

7.5 Arbeitsschutz für Pflegekräfte bei Hitze

Hohe Temperaturen stellen eine besondere Herausforderung für die Arbeit im ambulanten Dienst dar. Die Sicherheit und Gesundheit der Mitarbeitenden müssen durch gezielte Maßnahmen gewährleistet werden.

Eine systematische Risikobewertung der einzelnen Arbeitsbereiche hilft, spezifische Gefährdungen zu identifizieren und präventive Maßnahmen zu ergreifen (**Gefährdungsbeurteilung**). Diese sollte spezifische Arbeitsbedingungen und individuelle Risikofaktoren berücksichtigen, um potenzielle Gefahren zu identifizieren. Darauf aufbauend können präventive Maßnahmen erarbeitet werden.

- Schutzmaßnahmen während der Fahrten: Nutzung von Klimatisierung in Dienstfahrzeugen und Vermeidung direkter Sonneneinstrahlung durch geeigneten Sonnenschutz.
- Ergonomische Arbeitsorganisation: Möglichkeit der Arbeitszeitverschiebung in Tätigkeitsbereichen, in denen dies sinnvoll erscheint in kühlere Stunden oder Reduzierung belastender Tätigkeiten während extremer Hitze
- Regelmäßige Gefährdungsbeurteilung: Identifikation von Risiken durch Hitzebelastung und Ableitung geeigneter Schutzmaßnahmen wie längere Pausen oder die Anpassung der Arbeitsabläufe



- Sensibilisierung der Mitarbeitenden: Schulungen und Informationsmaterialien helfen dabei, dass sowohl Pflegebedürftige als auch Pflegekräfte während Hitzeperioden bestmöglich geschützt sind.

Temperaturabhängige Schutzmaßnahmen könnten sein:

- ab 26°C: Verstärkte Sonnenschutzmaßnahmen für Fahrten, luftigere Arbeitskleidung, zusätzliche Pausenzeiten
- ab 30°C: stärkere Fokussierung auf Hydration, Vermeidung schwerer Tätigkeiten in heißen Zeiträumen, Nutzung klimatisierter Aufenthaltsräume für Pausen
- ab 35°C: falls keine technischen oder organisatorischen Maßnahmen greifen, sind Arbeiten in besonders heißen Umgebungen nicht zumutbar