



Hitzeschutzplan für stationäre Pflegeeinrichtungen



Inhaltsverzeichnis

1	Einführung.....	3
2	Relevanz des Themas für stationäre Pflegeeinrichtungen	3
2.1	Gesundheitliche Risiken durch Hitze	3
2.2	Herausforderungen in Pflegeeinrichtungen	3
2.3	Bedeutung von Hitzeschutz.....	3
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	13
5.2	Erstellung eines Schulungsplans.....	13
5.3	Schulungs- und Unterweisungsthemen	13
6	Organisations- und Personalplanung	13
6.1	Organisationsplanung.....	14
6.2	Personalplanung	14
7	Praxismerkmale.....	15
7.1	Merkmale für ein Kühl- und Lüftungskonzept	15
7.2	Merkmale für hitzeschützende Aktivierung und Beschäftigung.....	16
7.3	Merkmale für die Speisen- und Getränkeversorgung	16
7.4	Merkmale für Gebäude und Facility.....	16
7.5	Merkmale für den Arbeitsschutz	17



1 Einführung

Die zunehmende Häufigkeit und Intensität von Hitzeereignissen infolge der Klimakrise stellt eine wachsende gesundheitliche Herausforderung dar. Insbesondere in stationären Einrichtungen, in denen Bewohnende 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 stationären Pflegeeinrichtungen geschaffen werden, um eine sichere und gesunde Umgebung zu gewährleisten, in der sowohl Bewohnende als auch Mitarbeitende bestmöglich vor den Auswirkungen von extremen Hitzebedingungen geschützt sind.

2 Relevanz des Themas für stationäre Pflegeeinrichtungen

2.1 Gesundheitliche Risiken durch Hitze

Hitze stellt bereits heute ein ernstzunehmendes Risiko für die Gesundheit dar, insbesondere für ältere Menschen. Die steigenden Temperaturen führen nicht nur zu einer Zunahme von hitzebedingten Krankheiten und einer erhöhten Mortalität, sondern verschärfen auch bestehende Vorerkrankungen wie Herz-Kreislauf- und Atemwegserkrankungen. Pflegeeinrichtungen tragen eine besondere Verantwortung, da sie eine der vulnerabelsten Bevölkerungsgruppen betreuen: ältere Menschen mit eingeschränkter körperlicher und gesundheitlicher Resilienz.

Für die Bewohnenden von stationären Pflegeeinrichtungen bergen Hitzewellen, insbesondere solche mit Tropennächten (Minimaltemperaturen über 20°C), ein hohes Risiko. Zu den häufigsten Problemen zählen Hitzschlag, Dehydratation sowie die Verschlimmerung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

2.2 Herausforderungen in Pflegeeinrichtungen

Pflegeeinrichtungen sind aufgrund der spezifischen Bedürfnisse ihrer Bewohnenden besonders stark von den Auswirkungen von Hitze betroffen. Viele ältere Menschen leiden an chronischen Erkrankungen, eingeschränkter Mobilität oder verminderter Durstgefühl. Hinzu kommen oft kognitive Einschränkungen, die das Verständnis und die aktive Teilnahme an vorbeugenden Maßnahmen erschweren. Auch die umweltbedingten Gegebenheiten – wie eine dichte Bebauung oder eine eingeschränkte Luftzirkulation – können die Hitzebelastung verstärken.

2.3 Bedeutung von Hitzeschutz

Vor dem Hintergrund des fortschreitenden Klimawandels und der entscheidenden Auswirkungen ist es wichtig, angemessene Maßnahmen zu ergreifen, um die Risiken von Hitze zu minimieren. Die Stadt Stuttgart mit ihrer dichten Bebauung und den spezifischen (Talkessel)-Bedingungen ist besonders anfällig für Hitzestress. Daher ist es unerlässlich, in Pflegeeinrichtungen vorausschauende Maßnahmen zu etablieren, die den besonderen



Bedürfnissen der Bewohnenden gerecht werden und gleichzeitig die Mitarbeitenden bei der Bewältigung der zusätzlichen Belastungen durch Hitze unterstützen.

Ein wirksamer Hitzeakitionsplan stellt sicher, dass Pflegeeinrichtungen proaktiv handeln können, um die Gesundheit, Sicherheit und das Wohlbefinden der Bewohnenden zu schützen. Gleichzeitig trägt er dazu bei, die Arbeitsbedingungen der Pflegekräfte in Extremsituationen zu verbessern, da diese häufig die Hauptlast bei der Umsetzung von Schutzmaßnahmen tragen.

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 Bewohnenden 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 einrichtungsspezifischen Hitzeschutzplans eingebunden werden.

- Insofern nicht anders festgelegt trägt die **Geschäftsführung** die Verantwortung für die Festlegung allgemeiner Regelungen und Ziele des Hitzeschutzplans. Sie ist dafür verantwortlich, die erforderlichen Ressourcen und die Unterstützung für die Umsetzung von Maßnahmen bereitzustellen. Der Plan ist dann durch die Verantwortlichen anzupassen, umzusetzen und regelmäßig zu beurteilen.
- Darüber hinaus ist eine Person als **Hitzeschutzbeauftragte** festzulegen. Diese sind Ansprechpersonen in der Einrichtung, die Hitzewarnungen entgegennehmen und diese gemäß der Kommunikationskaskade weiter kommunizieren. Hitzeschutzbeauftragte sind auch für die Einleitung der Maßnahmen zur Vorbereitung auf den Sommer verantwortlich.
- **Sicherheitsbeauftragte** nehmen eine wichtige Rolle bei der Überprüfung der Arbeitsbedingungen und der Identifizierung von potenziellen Hitzebelastungen am Arbeitsplatz ein.
- Auch **Einrichtungs- und Bereichsleitungen** tragen wichtige Verantwortlichkeiten. Die Bereichsleitungen zeigen sich dafür verantwortlich, die spezifischen hitzebedingten Risiken in ihren jeweiligen Arbeitsbereichen und zu den von ihnen verantworteten Personenkreisen und notwendige Maßnahmen zur Risikominimierung zu identifizieren. Dies kann die Bereitstellung zusätzlicher Ressourcen, die Anpassung von Arbeitsabläufen oder die Unterstützung bei der Einhaltung von Schutzmaßnahmen umfassen. Darüber hinaus stellen Einrichtungs- und Bereichsleitungen sicher, dass alle Mitarbeitenden in ihren Bereichen über hitzebedingte Risiken informiert sind und über die erforderlichen Schutzmaßnahmen und Verhaltensweisen aufgeklärt und unterwiesen werden.
- Im Rahmen **der Arbeitssicherheit** werden hitzebedingte Probleme oder Bedenken der Mitarbeitenden ernst genommen und angemessen darauf reagiert. Unterstützen kann dabei, das Überwachen und Sicherstellen, dass alle erforderlichen Maßnahmen ordnungsgemäß durchgeführt werden.



Die klare Festlegung von Verantwortlichkeiten der Einrichtungs- und Bereichsleitungen ist entscheidend für den Erfolg des Hitzeschutzplans, da sie sicherstellt, dass hitzebedingte Risiken auf Ebenen der Arbeitsbereiche und -abläufe wirksam adressiert werden können. Mitarbeitende werden über den Bewohnenden- und den Selbstschutz sensibilisiert und befähigt. Indem Mitarbeitende ihre Verantwortung ernst nehmen und entsprechend handeln, tragen sie dazu bei, die Auswirkungen von Hitze auf Bewohnende und sich selbst zu minimieren und ein sicheres und gesundes Wohn- und Arbeitsumfeld zu gewährleisten.

Bewohnendenschutz

Mitarbeitende sollten die Bedürfnisse und das Wohlbefinden der Bewohnenden stets im Blick halten, besonders während Hitzeperioden. Sie müssen sicherstellen, dass Bewohnende 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:** Zunächst einmal kann die **Landeshauptstadt Stuttgart** die erste Ebene der Kommunikationskaskade sein. Sie gibt Informationen über Hitzeereignisse innerhalb der Stadtverwaltung weiter. Alternativ kann auch direkt die Hitzewarnung des Deutschen Wetterdienstes abonniert werden.
2. Auf der nächsten Ebene steht die **Geschäftsführung**, diese gibt die Informationen weiter an die Hitzeschutzbeauftragten.
3. Über die **Hitzeschutzbeauftragten** wird dann die folgende Ebene der **Einrichtungs- und Bereichsleitungen** in Kenntnis gesetzt. Diese Ebene fungiert als Bindeglied zwischen der zweiten Ebene (Geschäftsführung) und den Mitarbeitenden in den jeweiligen Bereichen. Ihre Aufgabe besteht darin, die Informationen über Hitzebelastungen oder -risiken an ihre Mitarbeitenden sowie an alle Betroffenen weiterzugeben. Sie müssen sicherstellen, dass alle Mitarbeitenden sowie die Betroffenen über die aktuellen Entwicklungen informiert sind und die erforderlichen Maßnahmen zum Schutz vor Hitzebelastungen umsetzen.
4. Die **Mitarbeitenden** selbst bilden die letzte Ebene der Kommunikationskaskade. Sie müssen die Informationen und Anweisungen, die sie über Schulungen/Unterweisungen und von ihren Führungskräften erhalten, ernst nehmen und entsprechend handeln.



3.3 Zeitplan

Vorbereitung auf den Sommer

Die Vorbereitungen beginnen rechtzeitig vor der Hitzeperiode. Nach aktuellem Stand ist das im Monat **April bis Juni**. Es wird eine aktuelle, einrichtungsspezifische Risikobewertung durchgeführt, die die spezifischen Bedürfnisse der Bewohnenden und die Arbeitsbedingungen der Mitarbeitenden berücksichtigt. Dies kann umfassen:

- die Identifikation von Risikobereichen (wie nicht vorhandene Verdunkelungsmöglichkeiten, unzureichende Lüftungsmöglichkeiten)
- Bewertung der individuellen Gesundheitszustände der Bewohnenden, insbesondere von vulnerablen Gruppen

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

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

Ganz wesentlich ist dabei die Schulung/Unterweisung der Mitarbeitenden über hitzebedingte Gesundheitsrisiken und Schutzmaßnahmen. Auch die Sensibilisierung der Bewohnenden sowie deren An- und Zugehörigen über die Auswirkungen von Hitze, ist eine wichtige Maßnahme.

Umsetzung

Während der Sommermonate steht die kontinuierliche Begleitung und Überwachung der Bewohnenden 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 Beendigung einer Hitzeperiode erfolgt eine Reflexion des Verlaufs und der Maßnahmen. Dabei werden die unmittelbaren Auswirkungen auf die Gesundheit und das Wohlbefinden der Bewohnenden sowie der Mitarbeitenden bewertet und die Effektivität der Maßnahmen eingeschätzt. Die Ergebnisse dienen als Grundlage einer möglichen Anpassung. Die Gesamtheit der Ergebnisse fließen im Herbst eines jeden Jahres in eine umfassende trägerweite Evaluation ein. Darüber hinaus finden trägerübergreifende,



städtisch organisierte Austauschrunden zur Evaluation statt, die einen Dialog mit anderen Einrichtungen ermöglichen.

3.4 Praktische Maßnahmen

O = Organisation

G = Gebäude, Facility-Management

M = Mitarbeitende

X = weitere Gruppen

Maßnahmen zur Vorbereitung auf den Sommer

	Maßnahme	O	G	M	X
Struktur	Hitzebeauftragte ernennen	X			
	Kommunikationskaskade festlegen	X			
	Risiko- und Maßnahmenbewertung	X			
Schulungen	Schulungsbedarf ermitteln	X			
	Schulungsmaterial bereithalten	X			
	Schulungs- und Unterweisungsführung dokumentieren	X			
	Konzept zum Einbezug von nicht-medizinischem Personal entwickeln und durchführen	X			
	In den Monaten vor dem Sommer (Mai, Juni) umfangreich Mitarbeitende schulen zu den empfohlenen Themen: - Hitze und daraus entstehende gesundheitliche Risiken - Hitzeerkrankungen und zu ergreifende Maßnahmen - Medikamentenmanagement - Dyhydratation und Trinkverhalten		x		
Technik, Gebäude	Einrichtungsinternes Lüftungskonzept	X			
	Einrichtungsinternes Sonnenschutz-/ Verschattungskonzept entwickeln bzw. prüfen	X			
	Anbringen von Thermostaten/Hygrometern und Dokumentation	X			
	Lokalisieren, benennen und ausweisen kühlerer Räume sowie Schattenplätze im Außenbereich; ggf. kühle Zonen/ Erholungsbereiche einrichten	X			
	Hitzerelevanten Ist-Zustand des Gebäudes, der Außenanlage sowie der Räume evaluieren und wo möglich optimieren		X		
	Sonnen- und Verschattungsmaterialien wie bspw. Sonnenschirme, Jalousien einer qualitativen und quantitativen Prüfung unterziehen		X		
Arbeitsablauf e	Mehrbedarfe an Personal während Hitzeperioden ermitteln	X			



	Gewährleistung des Arbeitnehmendenschutzes während Hitzeperioden prüfen	X		
	Ausreichend angemessene Arbeitskleidung zur Verfügung stellen	X		
	Hilfsmittel wie z. B. Kühlwesten, Feuchtigkeitstücher, Nebeldusche bereitstellen	X		
Pflegepraxis	Organisationsverantwortung für - Medikamentenmanagement - Flüssigkeitsmanagement - Versorgungs- und Betreuungsmanagement - Lebensmittelhygiene	X		
	Bewohnende mit erhöhtem Risiko ermitteln und erfassen (PEMU-Screening)		X	
	Ernährungskonzept für Hitzeperioden unter Einbindung des Küchenpersonals/Zulieferers entwickeln	X	x	
	Handlungsmaßnahmen festlegen		X	
	Medikamentenlagerung prüfen und optimieren		X	
	Ggf. Prüfung der Arzneimitteltherapie in Bezug auf Hitzetoleranz/-verträglichkeit		X	

Maßnahmen während der Sommermonate

	Maßnahme	O	G	M	X
Risiko-management	Kühle Räume ausweisen für kurze Erholungsphasen	X			
	Kontinuierlich attraktive, schmackhafte Getränke bereitstellen	X			
	Lebensmittelhygiene überprüfen	X			
	Umsetzung Sommerspeiseplan	X			
	Soweit möglich Abschirmung direkter Sonneneinstrahlung		X		
	Temperaturrentwicklung in den Innenräumen prüfen		X		
	Erhöhte systematische Aufmerksamkeit zur frühen Identifikation und Erfassung gefährdeter Bewohnender; Integration in bestehende Dokumentationsstandards			X	
	Umsetzung hitzebedingter Standards - Trinkverhalten zur Vermeidung von Dehydrierung - Medikamentenmanagement - Betreuung bei Sommerhitze (One Minute Wonder) - Maßnahmen bei Sommerhitze - Lüftungskonzept			X	
	Aushänge, Flyer etc. zum Thema Hitze sichtbar zum Einsatz bringen				X
	Darauf achten, dass Aktivitäten durch Dritte an	X			X



	Temperaturen angepasst sind			
	Bewohnende zu hitzebedingten Verhaltensmaßnahmen anleiten u.a. - Trinken - Kleidung - Sonnenschutz - Lüftungsverhalten - Außenaktivitäten		x	x
	Personal in Küche, Pforte, Haustechnik etc. für Beitrag zu Hitzeschutzmaßnahmen (erneut) sensibilisieren			x
	Verfügbarkeit von Bedarfsartikeln und Hilfsmitteln für die Pflege im Sommer erfassen (z. B. Waschschüsseln, Fächer, Kühlpacks, Ventilatoren)	x		
	Ventilatoren zur Raumluftverteilung zum Einsatz bringen	x		
	Ggf. Kühlwesten/-packs für Mitarbeitende anbieten	x		
	Ggf. eine Außen-Vernebelungsdusche einsetzen	x		
	(Ärztliche) Überprüfung der Medikamentenpläne		x	
Informationen	Kontinuierliche Informationsweitergabe über das aktuelle Hitzegeschehen sowie die Wirksamkeit der Maßnahmen	x		
	Übergaben und kurze Teambesprechungen zur Erinnerung an hitzebedingte Schutzmaßnahmen nutzen		x	
	Heimbeirat, Bewohnende sowie An- und Zugehörige regelmäßig über das Hitzegeschehen und die Wirksamkeit der Maßnahmen informieren			x
Arbeitsschutz	Pausen- und Ruhezeiten einhalten		x	
	Hilfsmittel nutzen		x	
	Auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr achten		x	
	Ressourcenplanung für bedarfsgerechte Arbeitsverteilung	x	x	
	Schwere körperliche Arbeit soweit wie möglich auf kühlere Zeiten verlegen (frühmorgens/ spätabends)		x	

Zusätzliche Maßnahmen bei Warnstufe 1

	Maßnahme	O	G	M	X
Organisation	Hitzeerkrankungen systematisch erfassen	x			
	Raumtemperatur prüfen und dokumentieren		x		
Pflegepraxis	Maßnahmen zur Senkung der Raumtemperatur und Lüftung		x	x	
	Anstrengende Aktivitäten oder Aktivitäten im Freien zu Zeiten höchster Hitzebelastung vermeiden (z. B.				x



	Physio- und Bewegungstherapie, soziale Angebote)			
	Risikopersonen wiederholt aufsuchen, ggf. Trinkplan und Flüssigkeitsbilanzierung durchführen		X	
Pforte	Bewohnende zum Trinken und Tragen von Sonnenschutz anregen			X
Haustechnik und Reinigungs-personal	Raumtemperatur sowie Lüften bei täglichen Routinen beachten			X
	Auf Zustandsverschlechterung von Bewohnenden achten			X
Mitarbeitende	Auf leichte, atmungsaktive Kleidung achten		X	
	Pausen in kühlen Räumen einhalten		X	
	Ggf. Maskenpausen verlängern		X	

Zusätzliche Maßnahmen bei Warnstufe 2

	Maßnahme	O	G	M	X
Pflegepraxis	Verstärkte pflegerische/medizinische Betreuung			X	
	Bewohnende temporär in andere Einrichtungsteile/Einrichtungen verlegen, falls kurzfristige Maßnahmen zur Senkung der Raumtemperatur erfolglos sind	X		X	

Maßnahmen nach der Hitze

	Maßnahme	O	G	M	X
Bewertung	Auswertung der bereichsinternen Nachbesprechungen in den Bereichen - Störmeldungen - Überlastungsanzeichen	X			
	Auswertung aufgekommener Hitzeerkrankungen	X			
	Auswertung der gemessenen Raumtemperatur und Luftfeuchtigkeit über die Sommermonate		X		
	Bereichsinterne Nachbesprechungen mit Evaluation der Hitzeschutzmaßnahmen im Bereich und in der Einrichtung			X	
	Nachbesprechung im Heimbeirat mit Evaluation der Hitzeschutzmaßnahmen in der Einrichtung				
Anpassung	Ggf. Anpassung einrichtungsinterner Abläufe, Standards, Maßnahmen	X			
	Ermitteln von Investitionsbedarf für notwendige Anschaffungen	X			
	Mittel- und langfristige Planung und Umsetzung von		X		



	baulichen und technischen Maßnahmen zur Optimierung der örtlichen Gegebenheiten			
	Bei Renovierung/Umbauten berücksichtigen/gezielt planen - Begrünung - Sonnenschutzkonzept (Außen- und Innenbereich) - Kühl Zone/Erholungsbereiche - Kühlungskonzept mit Nutzung von Möglichkeiten zur passiven Kühlung	X		
	Zusammenfassung aller einrichtungsinternen Auswertungen	X		
	Ggf. Anpassung des Hitzeschutzplans	X		
	Ggf. Schulungsmaterialien ergänzen/anpassen	X		

4 Hilfsmittel

Hilfsmittel spielen eine wesentliche Rolle, um Bewohnende und Mitarbeitende während Hitzeperioden zu schützen und sowohl die physische als auch die psychische Gesundheit sowie das Wohlbefinden zu erhalten. Ein optimales Raumklima trägt erheblich dazu bei, Hitzestress und hitzebedingte Erkrankungen zu vermeiden. Die nachfolgenden Hilfsmittel und Maßnahmen bieten Unterstützung und tragen zur Umsetzung eines wirksamen Hitzeschutzes in stationären Einrichtungen bei.

Der Einsatz von Hilfsmitteln wie Ventilatoren, kühlenden Textilien oder Trinkstationen kann helfen, die Raumtemperatur und die Körpertemperatur auf einem angenehmen Niveau zu halten. Darüber hinaus fördern sie eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr, was für die Vorbeugung von Dehydrierung essenziell ist. Die Verfügbarkeit und Nutzung solcher Hilfsmittel sollte von den Einrichtungen aktiv unterstützt und gefördert werden.

Praktische Empfehlungen

Die folgenden Hilfsmittel können in stationären Einrichtungen zur Unterstützung bei Hitzeperioden eingesetzt werden:

1. Ventilatoren – Verbesserung der Luftzirkulation

- 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: Ventilatoren sollten nicht verwendet werden, wenn die Raumtemperatur die Außentemperatur übersteigt oder wenn warme Luft in den Raum dringt.

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

- Kühlende Textilien, die Feuchtigkeit aufnehmen und durch Verdunstung Kühlung erzeugen, senken die Körpertemperatur effektiv.



- Feuchte Tücher oder Kühlwesten eignen sich besonders gut für die Anwendung bei Bewohnenden, die eine schnelle und gezielte Abkühlung benötigen.
- Hinweis: Regelmäßige Überprüfung und Austausch der Textilien ist wichtig, um eine durchgängige Kühlung sicherzustellen.

3. Nebelduschen für Außenbereiche

- Nebelduschen bieten eine unmittelbare und wirkungsvolle Abkühlung, indem sie einen feinen Wassernebel erzeugen, der auf der Haut verdunstet und die Körpertemperatur senkt.
- Sie sind ideal für Außenbereiche und fördern zudem die Aufenthaltsqualität im Freien.
- Hinweis: Der Effekt ist am besten bei leichter, atmungsaktiver Kleidung aus Naturmaterialien wie Baumwolle oder Leinen.

4. Cool Pads

- 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.

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.

6. Trinkstationen

- Die Einrichtung von gut sichtbaren und zugänglichen Trinkstationen erleichtert den Zugang zu Wasser und schmackhaften Getränken.
- Diese Stationen erinnern sowohl Bewohnende als auch Mitarbeitende daran, regelmäßig und ausreichend zu trinken.
- Hinweis: Die Getränke sollten abwechslungsreich und ansprechend sein (z. B. durch Zugabe von Kräutern oder Früchten), um die Trinkbereitschaft zu erhöhen.

Der gezielte Einsatz dieser Hilfsmittel trägt dazu bei, die Auswirkungen von Hitze in stationären Einrichtungen zu minimieren und die Gesundheit sowie das Wohlbefinden aller Beteiligten zu fördern. Einrichtungen sollten sicherstellen, dass die Hilfsmittel jederzeit verfügbar sind und deren Nutzung aktiv unterstützt wird. Eine regelmäßige Schulung der Mitarbeitenden zum Einsatz und zur Pflege der Hilfsmittel erhöht die Effektivität der Maßnahmen.

5 Schulung und Unterweisung

Schulungen und Unterweisungen für Mitarbeitende zum Umgang mit Hitze sind ein essenzieller Bestandteil eines effektiven Hitzeschutzplans in stationären Einrichtungen. Sie schaffen Bewusstsein für die Risiken von Hitzebelastungen und befähigen die Mitarbeitenden, präventive und akute Maßnahmen zum Schutz der Gesundheit und des



Wohlbefinden aller Beteiligten 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. Jede Einrichtung 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 Einrichtungen zu berücksichtigen.

Beispiele für Themen:

- Mitarbeitende: Hitzeschutz in stationären Einrichtungen
- Pflegepersonal: Dehydratation und Trinkverhalten; Medikamente und deren Wechselwirkungen mit Hitze
- An- und Zugehörige: Umgang mit Sommerhitze

Eine systematische Schulung und Unterweisung von Mitarbeitenden stärkt die Präventionsmaßnahmen gegen Hitzebelastungen und fördert die Sicherheit sowie das Wohlbefinden in stationären Einrichtungen. 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 stationäre Einrichtungen auch während Hitzeperioden handlungsfähig zu halten und sowohl die



Versorgung der Bewohnenden als auch den Schutz der Mitarbeitenden sicherzustellen. Gerade bei extremen Wetterbedingungen ist eine optimale Nutzung der Ressourcen entscheidend, um Überforderung zu vermeiden und ein sicheres sowie gesundes Arbeitsumfeld zu gewährleisten.

6.1 Organisationsplanung

Wenn technische Maßnahmen wie Klimatisierung oder Beschattung nicht ausreichen, kommen organisatorische Maßnahmen zum Tragen, um die Belastungen durch Hitze zu mindern. Ziel ist es, Prozesse so zu gestalten, dass Mitarbeitende und Bewohnende gleichermaßen geschützt werden. Diese Maßnahmen können beinhalten:

- **Anpassung von Abläufen und Standards:** Arbeitsprozesse und Pflegeleistungen können umgeplant werden, um sie besser an die Tageszeiten anzupassen, in denen die Hitze am geringsten ist.
 - Individuelle Bedürfnisse der Bewohnenden berücksichtigen:
 - Frühaufstehende können früher versorgt werden
 - Duschen oder größere Pflegeeinheiten können in die Abendstunden verlegt werden
 - Kleine Teilwaschungen über den Tag verteilt können die Belastung reduzieren
 - in Einzelfällen kann es sinnvoll sein, Pflegeleistungen auch nachts zu erbringen, um Bewohnende vor Hitze zu schützen.
- **Bereitstellung von Hilfsmitteln:** Dazu gehören beispielsweise Ventilatoren, kühlende Textilien oder zusätzliche Trinkmöglichkeiten.

6.2 Personalplanung

Die Personalplanung während Hitzeperioden dient dazu, den Ablauf aufrechtzuerhalten, den Arbeitsalltag zu entlasten und die Gesundheit der Mitarbeitenden zu schützen.

Wichtige Maßnahmen umfassen:

- **Anpassung der Arbeitszeiten:** Verschiebung von Arbeitszeiten in die kühleren Morgen- oder Abendstunden, um die direkte Belastung während der heißesten Tageszeiten zu reduzieren.
- **Rotationspläne:** Mitarbeitende können rotierend in belastungsintensiven Bereichen eingesetzt werden, um die individuelle Hitzebelastung zu minimieren.
- **Zusätzliche Pausen:** Verlängerte oder gestückelte Erholungszeiten bieten Mitarbeitenden Gelegenheit, sich in kühleren Bereichen zu regenerieren und die Leistungsfähigkeit zu erhalten.
- **Berücksichtigung von Hitzeperioden in der Urlaubsplanung:** Eine Unterbesetzung während dieser Zeit sollte vermieden werden, um die Belastung gleichmäßig zu verteilen.



Eine vorausschauende Organisations- und Personalplanung ist ein wesentlicher Bestandteil eines effektiven Hitzeschutzplans für stationäre Einrichtungen. Sie schützt nicht nur die Gesundheit der Mitarbeitenden und Bewohnenden, sondern sichert auch den reibungslosen Betrieb während herausfordernder Wetterbedingungen. Verantwortungsvolles Handeln und rechtzeitige Anpassungen fördern das Wohlbefinden aller Beteiligten.

7 Praxismerkmale

Praxismerkmale im Hitzeschutzplan beschreiben praktische Aspekte oder Umsetzungsideen für einen Plan, eine Strategie oder ein Konzept. Sie verdeutlichen wie der Hitzeschutzplan vor Ort in den Einrichtungen 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 Merkmale für ein Kühl- und Lüftungskonzept

Ein effektives Kühl- und Lüftungskonzept ist essenziell, um das Raumklima in stationären Einrichtungen zu regulieren. Dies ist besonders wichtig für Einrichtungen ohne Klimaanlage. Indem die Maßnahmen miteinander kombiniert und auf die spezifischen Anforderungen der Einrichtungen abgestimmt werden, kann ein angenehmeres und gesünderes Raumklima geschaffen werden.

Natürliches Belüften und Querlüftung

- **Maßnahmen:** Strategisches Öffnen von Fenstern und Türen zur Förderung der Luftzirkulation. Frühmorgendliche und abendliche Querlüftung sollten bevorzugt werden.
- **Einsatz von Ventilatoren:** Diese unterstützen die Luftbewegung und fördern eine angenehme Raumluft.

Künstliche Ventilation

- Ventilatoren sollten energiesparend und leise sein, um Bewohnende nicht zu stören. Ihr Einsatz erfolgt idealerweise während der kühlsten Tageszeiten.

Verschattungssysteme

- **Externe Systeme:** Jalousien, Markisen oder Sonnenschutzfolien reduzieren die direkte Sonneneinstrahlung. Diese Systeme sollten frühzeitig aktiviert werden, um die Raumtemperatur zu senken.

Nachtlüftung

- **Gezielte Lüftung:** Frühmorgens ab 4 Uhr können Fenster vollständig geöffnet werden, um die Räume mit kühler Luft zu füllen und die Bausubstanz abzukühlen. Fenster sollten rechtzeitig wieder geschlossen werden, bevor direkte Sonneneinstrahlung erfolgt.



7.2 Merkmale für hitzeschützende Aktivierung und Beschäftigung

Besonders ältere und pflegebedürftige Menschen sind aufgrund von altersbedingten, gesundheitlichen oder sozialen Faktoren anfällig für Hitzefolgen. Die Aktivierung und Beschäftigung sollten entsprechend angepasst werden:

- **Berücksichtigung individueller Bedürfnisse:** Gesundheitszustände und Mobilitätseinschränkungen der Bewohnenden müssen bei der Planung von Aktivitäten berücksichtigt werden.
- **Geeignete Angebote:** Aktivitäten in kühlen oder schattigen Bereichen durchführen, wie leichte Bewegung im Garten oder kognitive Spiele in klimatisierten Räumen.
- **Trinkpausen:** Regelmäßige Hydration fördern, indem Getränke während der Aktivierung bereitgestellt werden.

7.3 Merkmale für die Speisen- und Getränkeversorgung

Die Ernährung spielt eine zentrale Rolle bei der Bewältigung von Hitzebelastungen. Eine angemessene, zielgerichtete Ernährung und Getränkeversorgung kann dazu beitragen, die Risiken zu minimieren.

Speiseangebot

- Leicht verdauliche Speisen: Mahlzeiten mit frischem Obst und Gemüse, das einen hohen Wassergehalt aufweist und leicht verdauliche, nicht entwässernde Speisen sind wichtig, um der Dehydratation entgegenzuwirken.
- **Ausgewogene Ernährung:** Mahlzeiten sind besonders nährstoffreich zu kochen, um die körperliche Belastbarkeit zu erhöhen. Hierbei sind Proteine, komplexe Kohlenhydrate, gesunde Fette, Vitamine und Mineralstoffe in ausgewogener Menge enthalten.

Getränkeversorgung

- **Bereitstellung von Getränken:** Frisches Wasser und ungesüßte Tees sind jederzeit verfügbar und zugänglich. Kühlere Getränke können an heißen Tagen die Trinkmotivation fördern.

Lebensmittelsicherheit

- **Hygiene:** Während Hitzeperioden ist unbedingt die Einhaltung der Kühlketten zu jeder Zeit zu gewährleisten. Lebensmittel sind während Hitzeperioden besonders sorgfältig zu lagern und zu kontrollieren, um den frühzeitigen Verderb zu vermeiden und das Risiko von Lebensmittelvergiftungen und Magen-Darm-Erkrankungen nicht zusätzlich zu erhöhen.

7.4 Merkmale für Gebäude und Facility

Die baulichen Gegebenheiten und das Facility-Management spielen eine zentrale Rolle im Hitzeschutz. Eine gut durchdachte Gebäudestruktur und eine effiziente Verwaltung der Liegenschaft (Facility-Management) können dazu beitragen, das Raumklima zu regulieren, den Komfort der Nutzenden zu verbessern und die Auswirkungen von Hitze auf die Gesundheit, das Wohlbefinden und die Produktivität zu minimieren. Für bestehende



Gebäude sind kurz-, mittel- und langfristige Maßnahmenpläne zu erarbeiten und der Aspekt bei allen Renovierungen und Sanierungen mitzudenken.

- **Wärmedämmung:** Gut isolierte Gebäude können Hitze abschirmen und Innenräume kühl halten.
- **Fenster und Fassaden:** Sonnenschützende und reflektierende Oberflächen an Fenstern, Türen und Fassaden können die Hitzebelastung im Gebäude minimieren.

7.5 Merkmale für den Arbeitsschutz

Die Sicherheit und Gesundheit der Mitarbeitenden ist zentral für die Wahrnehmung der Fürsorgepflicht und die Gewährleistung der Arbeitsfähigkeit und Motivation der Mitarbeitenden. Hohe Temperaturen können nicht nur das Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit beeinträchtigen, sondern auch ernsthafte gesundheitliche Risiken mit sich bringen. Dabei sinkt mit steigenden Temperaturen die Leistungsfähigkeit, während die Unfallgefahr steigt.

Die Ausgestaltung der Fürsorgepflicht bei Hitze konkretisiert die Arbeitsstättenregel ASR A3.5 Raumtemperatur in Verbindung mit der Arbeitsstättenverordnung (ArbStättV) und dem Arbeitsschutzgesetz (ArbSchG). Zwar haben die technischen Regeln für Arbeitsstätten lediglich Empfehlungscharakter, dennoch gelten sie als Orientierung und ordnungsrechtliches Maß.

Die Maßnahmen richten sich dabei nach der Innentemperatur:

- ab 26°C sollten Maßnahmen zum Schutz vor Hitze ergriffen werden
- ab 30°C müssen Maßnahmen zum Schutz vor Hitze ergriffen werden
- ab 35°C ist der Raum ohne technische/organisatorische Maßnahmen oder Schutzausrüstung nicht als Arbeitsraum geeignet.

Eine systematische Risikobewertung der einzelnen Arbeitsbereiche hilft, spezifische Gefährdungen zu identifizieren und präventive Maßnahmen zu ergreifen (**Gefährdungsbeurteilung**). Diese sollte spezifische Arbeitsbedingungen (wie z. B. In der Küche durch Kochen und Spülen oder für Haustechnik und Gartenarbeit) und individuelle Risikofaktoren berücksichtigen, um potenzielle Gefahren zu identifizieren. Darauf aufbauend können präventive Maßnahmen erarbeitet werden.



Arbeitsschutzmaßnahmen abhängig von der Innentemperatur:

26-29°C	<p>Nur für folgende Gruppen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Personen, die körperlich schwer arbeiten - Personen die spezifische Schutzkleidung während der Arbeitszeit tragen müssen - Gefährdete Personen (Schwangere, stillende Mütter, Mitarbeitende über 60, Jugendliche) <p>greifen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - extra Sonnenschutz - besondere Beachtung von Lüftung - Meiden von aufheizenden Geräten am Arbeitsplatz (wenn möglich elektrische Geräte auslagern) - Nutzung der Gleitzeitregelung, wenn möglich - Lockern der Bekleidungsregelungen (nicht bei Schutzkleidung) - Festlegen von zusätzlichen Pausen in kühleren Räumlichkeiten
Ab 30°C	<ul style="list-style-type: none"> - Stärkerer Fokus auf Sonnenschutz und Lüftung - Meiden von aufheizenden Geräten am Arbeitsplatz (wenn möglich elektrische Geräte auslagern) - Nutzung von Gleitzeitregelung, wenn möglich - Lockern der Bekleidungsregelungen (nicht bei Schutzkleidung) - Bereitstellung von Getränken
Ab 35°C	<ul style="list-style-type: none"> - technische Maßnahmen (z. B. Luft-/Nebelduschen) - organisatorische Maßnahmen (z. B. zusätzliche Pausenzeiten) - Hitzeschutzkleidung (z. B. Kühlwesten)