



Pressemitteilung

Landesvertretung
Rheinland-Pfalz

Presse: Dr. Tanja Börner & Sarah Dreis
Verband der Ersatzkassen e. V.
Wilhelm-Theodor-Römheld-Straße 22
55130 Mainz
Tel.: 0 61 31 / 9 82 55 -11
Fax: 0 61 31 / 83 20 15
tanja.boerner@vdek.com
sarah.dreis@vdek.com
www.vdek.com
X@vdek_RLP
27. Juni 2024

Hitzeschutz

Die Hitze besser händeln – Pflegeberater informieren über Hitzeschutz im Alltag

Pünktlich zum Start der „heißen“ Sommerphase fand heute in Mainz eine Fortbildung für die vdek-Pflegeberaterinnen und -berater der rheinland-pfälzischen Pflegestützpunkte statt. In Kooperation mit der Deutschen Allianz Klimawandel und Gesundheit (KLUG) sollen die Pflegeberatenden sensibilisiert werden, was man gegen die Gefahren der Hitze tun kann. Gerade ältere und/oder pflegebedürftige Menschen leider unter den häufigen Hitzetagen im Jahr.

Gefahren von Hitze sind vielfältig

Wir kennen es alle: Wenn die Temperaturen steigen, fällt uns alles schwerer. Denn Hitze hat nicht nur Auswirkungen auf unsere Gesundheit, sondern auch auf unsere Psyche. Wir werden gereizter, weniger resilient gegen Stress und Belastungen im Alltag. Dies ist auch bei älteren Menschen, Pflegebedürftigen und chronisch Kranken so, allerdings sind hier die gesundheitlichen Folgen von hohen Temperaturen besonders stark. Der Körper passt sich bei zunehmendem Alter nicht mehr so schnell an die Hitze an und auch das Durstgefühl nimmt mit steigendem Alter ab. Wenn der Körper erst dehydriert ist, dauert es zudem länger, diesen wieder mit ausreichend Flüssigkeit zu versorgen. Ein weiteres Thema ist die Aufbewahrung und Wirkung von Medikamenten. Medikamente wirken bei Temperaturen von 30 Grad und höher anders oder bringen unerwünschte Nebenwirkungen mit sich. Vor allem blutdrucksenkende und entwässernde Mittel bergen Gefahren bei Hitze und erhöhen zum Beispiel das Risiko von Stürzen und Herzinfarkten.

Mit Alltagskniffen zu mehr Hitzeresilienz

Bei Fragen zur Wirkung von Medikamenten und bei chronischen Erkrankungen sollte natürlich immer eine Ärztin oder ein Arzt befragt werden, aber auch durch kleine Tricks kann der Hitzeschutz verbessert werden. Durch Smartassistenten, Wecker oder eine Erinnerungsfunktion per Handy kann man regelmäßig daran erinnert werden, etwas zu trinken. Die Abdunkelung von Räumen oder unterstützende Materialien, wie Kühlwesten und kühlende Betauflagen, können die Raumtemperatur und damit die Belastung senken. Diese und weitere praxisnahe Tipps tauschten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Hitzeschulung in den Räumen der vdek-Landesvertretung aus. Ziel der Schulung ist die Sensibilisierung der Pflegeberaterinnen und -berater für die Gefahren, die von Hitze ausgehen, und dass sie zukünftig das Thema Hitzeschutz in die Beratung einfließen lassen können. Pflegebedürftige und deren Angehörige sollen so auf das Thema aufmerksam werden und sich besser schützen können.

Hitzeaktionstag 2024 – gemeinsam mehr Verantwortung übernehmen

Der Hitzeaktionstag am 05.06.2024 verdeutlichte, dass sich viele Akteure bereits aus eigener Initiative auf den Weg machen, um Deutschland hitzeresilienter zu machen. In einem gemeinsamen Forderungskatalog sprechen sich die Organisationen dafür aus, einen klaren gesetzlichen Rahmen für gesundheitlichen Hitzeschutz auf Bundes-, Landes- und kommunaler Ebene zu schaffen, in dem Hitzeschutz als Pflichtaufgabe verankert und von Bundes- und Landesebene ausreichend finanziell unterstützt wird. Neben der Berücksichtigung im Gesundheitsrecht ist der Hitzeschutz auch in Gesetzen und Rechtsverordnungen anderer Sektoren relevant, wie etwa dem Bau- oder dem Arbeitsrecht. Darüber hinaus sollte Hitze als zentrale Herausforderung in den Zivil- und Katastrophenschutz integriert werden. Auch aus wirtschaftlicher Perspektive ist die Dringlichkeit sehr hoch, Deutschland hitzeresilient zu machen. Daher fordert das Hitzeschutz-Bündnis, in dem auch der Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) vertreten ist, die politischen Entscheidungsträger dazu auf, die nötigen Investitionen unverzüglich in die entsprechenden Haushalte und Budgets einzustellen. Mit der Hitzeschutzschulung der vdek-Pflegeberaterinnen und -berater leistet der vdek in Kooperation mit KLUG einen aktiven Beitrag zu mehr Hitzeschutz in Deutschland.

Den vollständigen politischen Forderungskatalog zum Hitzeaktionstag 2024 finden Sie [hier](#).

Der Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) ist Interessenvertretung und Dienstleistungsunternehmen aller sechs Ersatzkassen, die zusammen über 1,4 Millionen Menschen in Rheinland-Pfalz versichern.

- Techniker Krankenkasse (TK)
- BARMER
- DAK-Gesundheit
- KKH Kaufmännische Krankenkasse
- hkk – Handelskrankenkasse
- HEK – Hanseatische Krankenkasse