

# PFLEGE & HITZESCHUTZ

## Was bei Hitze zu tun ist

### 1. Alle einbeziehen & informieren:

Besprechen Sie gemeinsam, was hohe Temperaturen für den Alltag von Pflegekräften und zu Pflegenden bedeuten, und wie konkrete Aktivitäten über den Tag verteilt werden können. Informieren Sie sich aktuell über Hitzewellen beim Deutschen Wetterdienst (DWD), der auch regionale Warnungen herausgibt, oder nutzen Sie regionale Hitzewarnsysteme.

### 2. Innenräume bestmöglich kühlen:

Alle nicht notwendigen, wärmeabgebenden Geräte sollten abgeschaltet sein. Lüften Sie in den frühen Morgenstunden und nutzen Sie konsequent Abschattungen wie Vorhänge, Außenjalousien und Rollos.

### 3. Schattige Außenbereiche nutzen:

Gestalten Sie kühle Außenbereiche mit schattenspendendem Grün und Wasserstellen für Personal und die zu pflegenden Personen. Wenn kein Teich oder Brunnen in der Nähe ist, können Sie insbesondere bei älteren Pflegebedürftigen auch feuchte Umschläge für Arme, Beine, Stirn oder Nacken nutzen oder regelmäßig Wasser mit einer Sprühflasche auf dem Körper verteilen.

### 4. Ausreichend trinken und Ernährung anpassen:

Achten Sie darauf, dass Pflegekräfte sowie Pflegebedürftige ausreichend trinken und angemessene Mengen regelmäßig zu sich nehmen – etwa alle ein bis zwei Stunden ein Glas Wasser. Achten Sie auch beim Essen auf wasserreiche Kost wie frisches Obst und Gemüse.

### 5. Körpersignale wahrnehmen:

Für alle Personen gilt – eine luftige Kleidung ist bei hohen Temperaturen angemessen, damit der Körper nicht überhitzt. Achten Sie auf Symptome, die eine Hitzeerkrankung bei Pflegebedürftigen anzeigen können. Nur so können Sie bei ersten Anzeichen schnell handeln – etwa mit Blick auf das Herzkreislaufsystem, das bei Hitze besonders gefordert wird.

### 6. Medikation beachten:

Hitze kann die Wirkung von Medikamenten oder arzneimittelhaltigen Pflastern beeinflussen. Besprechen Sie vorab mit dem behandelnden ärztlichen Personal, ob und wie eine Anpassung der Medikation nötig ist. Auch die temperaturgerechte Lagerung von Medikamenten ist zu beachten.

## Wann wird Hitze zum Risiko für die Gesundheit?

Der Deutsche Wetterdienst (DWD) unterscheidet in zwei Risikowarnstufen zwischen einer starken Hitzebelastung ab einer gefühlten Temperatur von 32 °C ohne nächtliche Abkühlung und einer extremen Wärmebelastung ab einer gefühlten Temperatur von 38 °C, bei älteren Menschen ab 36 °C.



## Klimaschutz und Hitzeschutz zusammen denken

Der Qualitätsausschuss Pflege hat sich auf Initiative des Bundesministeriums für Gesundheit intensiv mit dem Hitzeschutz auseinandergesetzt und am 24. Mai 2024 eine „Bundeseinheitliche Empfehlung zum Einsatz von Hitzeschutzplänen in Pflegeeinrichtungen und –diensten“ veröffentlicht. Diese wurde im Dezember 2024 noch einmal leicht überarbeitet. Über bereits existierende Maßnahmen und die bestehende Expertise der Pflegekräfte hinaus soll die Empfehlung Wissen bündeln und zusätzliche Orientierung bieten. Sie beinhaltet konkrete Hinweise und Handlungsvorschläge für vollstationäre Pflegeeinrichtungen sowie auch ambulante Pflege- und Betreuungsdienste und Einrichtungen der Tages- und Kurzzeitpflege.

Als Initiative des BMG bündelt das Pflegenetzwerk Deutschland weitere Details dazu auf einer Themenseite. Informieren Sie sich jetzt!

[www.pflegenetzwerk-deutschland.de/thema-hitzeschutz](http://www.pflegenetzwerk-deutschland.de/thema-hitzeschutz)



## Wie sich Pflegepersonal langfristig auf Hitze vorbereiten kann

Expertinnen und Experten in der Wissenschaft – etwa am Klinikum der Ludwig-Maximilians-Universität (LMU) in München sowie der Stiftung Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) – haben mit Förderung des Bundesministeriums für Gesundheit (BMG) den Umgang mit hohen Temperaturen speziell in der Pflege untersucht sowie die Auswirkungen auf Personal und Pflegebedürftige analysiert. Folgende langfristige Maßnahmen sollten Einrichtungen demnach verfolgen:

- In kalten Jahreszeiten Maßnahmen zur Hitzeprävention erarbeiten und einen Hitzeschutzplan erstellen
- In Renovierung und Sanierung mit hitzepräventiven Baumaßnahmen investieren
- Die Thematik „Klimawandel und seine Auswirkungen“ in Aus-, Fort- und Weiterbildung aufnehmen
- Einrichtungen auf Klimaschutz ausrichten und, wo möglich, Energie sowie Ressourcen sparen

**Tipp:** Die LMU München bündelt Informationen zu Hitzemaßnahmenplänen in Einrichtungen, Hitzeschulungen für Fachpersonal sowie praxisnahe Tipps zu Hitzeaktionsplänen für Kommunen. Andere Initiativen, wie das Aktionsbündnis Hitze Berlin, bieten Musterhitzeschutzpläne für ambulante und stationäre Einrichtungen an.

## Was ist ein Hitzemaßnahmenplan?

Der Hitzemaßnahmenplan richtet sich an alle Beschäftigten der jeweiligen Einrichtung. In gut verständlicher Sprache und übersichtlicher Gestaltung informiert er über die gesundheitlichen Folgen von Hitze, Risikofaktoren und Maßnahmen bei Hitzeperioden, die jede Einrichtung umsetzen kann.

## In Renovierung und Sanierung investieren

Bestimmte bauliche Veränderungen können viel dazu beitragen, Hitze entgegenzuwirken. Zu möglichen Maßnahmen zählen eine bessere Isolierung, eine stärkere Begrünung der Außenanlage, die Verschattung von Fenstern oder eine klimafreundliche Klimatisierung.

## Auch das Pflegepersonal ist von großer Hitze betroffen

Für die Beschäftigten selbst besteht das Risiko hitzebedingter Gesundheitsprobleme. Zudem kann die Arbeit herausfordernder werden, weil die ihnen anvertrauten Menschen bei hohen Temperaturen besondere Aufmerksamkeit benötigen

# TIPPS ZUM WEITERLESEN

## Die Bundeseinheitliche Empfehlung zum Einsatz von Hitzeschutzplänen

hat der Qualitätsausschuss Pflege auf Initiative des Bundesministeriums für Gesundheit erarbeitet:



**Umfangreiche allgemeine Informationen zum Hitzeschutz** bietet die Plattform „Klima, Mensch, Gesundheit“ des Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG): Hier gibt es auch Tipps für Pflege- und Betreuungseinrichtungen:



**Informationen zu „Hitze und Pflege“** bietet auch das Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) auf einer Übersichtsseite:



## Online-Bildungsmodule und Materialien zum Thema „Hitze und Gesundheit“

bündelt das Ludwig-Maximilians-Universitätsklinikum (LMU) München:



**Musterhitzeschutzpläne für stationäre und ambulante Pflegeeinrichtungen, Schulungsmaterialien und Verhaltenstipps** stellt das Aktionsbündnis Hitzeschutz Berlin bereit:



## Allgemeine Informationen über das Gesundheitsrisiko Hitze

stellt das Bundesministerium für Gesundheit (BMG) auf einer Sonderseite zur Verfügung.



**Praxisnahe Tipps für Hitzeaktionspläne in Kommunen und wie Notfallpläne für Pflegeeinrichtungen aussehen müssen**, darüber informiert die Übersichtsseite „Hitzeservice.de“ der LMU München, die vom BMG gefördert wurde:



**Eine umfassende Empfehlung zu „Pflege im Umgang mit dem Klimawandel“** hat der Deutsche Berufsverband für Pflegeberufe (DBfK) e. V. veröffentlicht:



**Den Newsletter „Hitzewarnungen“** gibt der Deutsche Wetterdienst (DWD) heraus. Er kann hier abonniert werden:



**Hitzeschulungen für Beschäftigte im Gesundheitswesen und in der Pflege** hat die Deutsche Allianz „Klimawandel und Gesundheit e.V.“ (KLUG) zusammengestellt:



**Informationen der Berufsgenossenschaft Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege BGW (Arbeitsschutz)** darüber, was Betriebe und Mitarbeitende tun können, um Beschäftigte vor Belastungen durch sommerliche Hitze zu schützen.



## Impressum

Herausgeber:  
Bundesministerium für  
Gesundheit, Referat 422 -  
Studien und Modellprojekte,  
Wissenstransfer und  
Kommunikationsmaßnahmen  
(Pflegenetzwerk Deutschland)

E-Mail:  
kontakt@pflegenetzwerk-  
deutschland.de  
Web:  
pflegenetzwerk-deutschland.de

Gestaltung:  
ressourcenmangel  
an der panke GmbH

Stand: Mai 2025

Eine Initiative von



Bundesministerium  
für Gesundheit

**Pflege-**  
**Netzwerk**  
**Deutschland**