

Mehr hitzebedingte Notfälle im Krankenhaus

Risikogruppen durch Hitzeprävention schützen

Die oft intensive und lange andauernde Hitze in den Sommermonaten führt in der Region zu immer mehr Gesundheitsproblemen. Eine Analyse der IKK Südwest unter ihren Versicherten in Hessen, Rheinland-Pfalz und im Saarland, anlässlich des bundesweiten Hitzeaktionstages (14. Juni), zeigt, dass in den vergangenen Jahren immer mehr Menschen im Krankenhaus behandelt werden müssen, weil sie zu wenig trinken. Hitzewellen in Folge des Klimawandels würden künftig immer stärker zur Gesundheitsbedrohung, so Prof. Dr. Jörg Loth, Vorstand der IKK Südwest. Dies erfordere ein Umdenken hin zu einer nachhaltigeren Gesundheitsprävention - unter besonderer Berücksichtigung der Bedingungen in Kitas, Schulen und Seniorenheimen.

Flüssigkeitsmangel führte in den vergangenen Jahren zu mehr Krankenhausbehandlungen: Allein von 2017 bis 2022 stieg die Zahl dehydrierter Personen im Krankenhaus in den Sommermonaten Mai bis September um 25 Prozent an. Das ergibt eine Analyse der Versichertendaten der IKK Südwest aus Hessen, Rheinland-Pfalz und aus dem Saarland. Von 2021 auf 2022 fiel der Anstieg mit rund 30 Prozent am stärksten aus.

Die Daten wurden anlässlich des bundesweiten Hitzeaktionstages der Bundesärztekammer und der Deutschen Allianz Klimawandel und Gesundheit (KLUG) erhoben. „Eine Aktion, die wir als Krankenkasse sehr begrüßen und unterstützen. Es ist wichtiger denn je, auf den Zusammenhang zwischen Klimaveränderungen und der Gesundheit sowie der Prävention aufmerksam zu machen“, findet Prof. Dr. Jörg Loth, Vorstand der IKK Südwest, und erläutert: „Die Folgen des Klimawandels für die Gesundheit der Bevölkerung werden in der öffentlichen Diskussion vernachlässigt. An den Krankenhauszahlen wird deutlich, dass wir viele Menschen bereits gesundheitlich an den Folgen der hohen Temperaturen leiden. Dehydration ist dafür nur ein Beispiel. Der Hitzestress stellt immer stärker eine Herausforderung für den gesamten Körper dar.“

Ansprechpartner: Mathias Gessner
Pressesprecher
Tel.: 06 81/ 3876 1163
Mobil: 0151/ 7043 0703
E-Mail: mathias.gessner@ikk-sw.de

Die IKK Südwest macht darauf aufmerksam, dass der Klimawandel auch weitere Gesundheitsrisiken birgt: besonders Allergien als auch weitere Atemwegserkrankungen, Hauterkrankungen aber auch Borreliose-Erkrankungen werden zum Beispiel durch veränderte klimatische Bedingungen, eine höhere Belastung mit Schadstoffen und steigende Ozonwerte begünstigt.

IKK Südwest begrüßt Hitzeschutzplan

Besonders gefährdet sind Risikogruppen: Dazu zählen Senioren, Pflegebedürftige, Schwangere und Kinder. „Hitze führt aber auch bei den Berufstätigen zu Erkrankungen und damit vermehrt zu Arbeitsunfähigkeit. Gerade im Handwerk sind viele durch ihre Arbeit im Freien einem großen Risiko ausgesetzt. Für alle Risikogruppen ist eine aktive Hitzeprävention lebenswichtig“, ergänzt Loth. Eine präventive Maßnahme sieht er in einer umfangreichen Aufklärungsarbeit. Diese sollte schon bei der nachhaltigen Gestaltung der Lebens- und Arbeitsbedingungen in Kitas und Schulen beginnen, da sie künftige Generationen in Zukunft mit den steigenden Temperaturen in Folge des Klimawandels leben müssen.

Den jüngsten Vorstoß von Bundesgesundheitsminister Karl Lauterbach zu einem umfassenden Hitzeschutzplan begrüßt Loth und verweist gleichzeitig auf die Dringlichkeit des Problems: „Umfassende und komplexe Themen wie der Hitzeschutz erfordern ein koordiniertes Handeln des gesamten Gesundheitswesens. Daher ist das Vorhaben ein guter Ansatz, der aber zeitnah konkretisiert werden muss.“

Mehr Trinken im Sommer: Mit diesen Tipps funktioniert es

Um sich bei den heißen Temperaturen gesund zu halten, ist es wichtig, viel zu trinken. Gerade die Risikogruppen der Senioren, Pflegebedürftigen und Kinder trinken oft zu wenig. „Im Alltag ist es wichtig, uns selbst und die Menschen um uns regelmäßig zum Trinken zu animieren. Dafür gibt es einige Tricks, die bei Jung und Alt funktionieren“, verrät IKK-Südwest-Ernährungscoach Stefanie Huba. „Es hört sich einfach an, aber der erste Schritt ist es, Wasser leicht zugänglich zu machen. Mehrere Wasserkrüge oder auch -spender an wichtigen Orten im Haus zu platzieren, reicht oft schon als Erinnerung. Trinkgewohnheiten zu ritualisieren ist ebenfalls effektiv. Ein Glas Wasser direkt nach dem Aufstehen oder einen kalten Tee am Nachmittag trinken. Verknüpft man das Trinken mit festen Bestandteilen des Tages, fließt es mühelos in den Alltag ein“, ergänzt Huba. Bei diesem Vorgehen spricht man vom sogenannten „Nudging“. Diese Methode gestaltet die Umgebung so, dass unterbewusst die gesündere Entscheidung getroffen wird.

Abwechslung bei der Getränkewahl macht das Trinken attraktiver. Citrusfrüchte oder Obst unter das Wasser zu mischen, bietet sich als gesunde Alternative an. Ungesüßte Fruchteees können Farbe ins Spiel bringen. „Über die Nahrung lässt sich ebenfalls Flüssigkeit in den Körper bringen. Wassermelone und Gurke haben einen sehr hohen Wasseranteil und sollten Jung und Alt daher im Sommer oft angeboten werden“, empfiehlt Huba.

Die IKK Südwest

Die IKK Südwest betreut aktuell mehr als 635.000 Versicherte und über 90.000 Betriebe in Hessen, Rheinland-Pfalz und im Saarland. Versicherte und Interessenten können auf eine persönliche Betreuung in unseren 21 Kundencentern in der Region vertrauen. Darüber hinaus ist die IKK Südwest an sieben Tagen in der Woche rund um die Uhr über die IKK Service-Hotline 0681/ 3876 1000 oder www.ikk-suedwest.de zu erreichen.