

Die Apotheke als Hitzeschutzinsel

Die Apotheke kann an heißen Tagen Schutzraum und Ort der Orientierung sein



Warum Hitzeschutz in der Apotheke wichtig ist

Hitze ist längst kein seltenes Sommerphänomen mehr. Hitzewellen belasten den Körper, können bestehende Erkrankungen verschlechtern und die Wirkung oder Verträglichkeit von Arzneimitteln beeinflussen. Besonders gefährdet sind ältere Menschen, chronisch Erkrankte, Schwangere, Kinder sowie sozial benachteiligte Menschen.

Apotheken können hier einen entscheidenden Unterschied machen: Sie sind wohnortnah, vertraut, ohne Termin erreichbar – und für viele Patientinnen und Patienten ohnehin ein regelmäßiger Kontaktpunkt im Alltag. Als Heilberufler können Sie mit einer Hitzeschutzinsel in Ihrer Apotheke einen wichtigen Beitrag zum Schutz besonders gefährdeter Patientinnen und Patienten leisten und gleichzeitig Ihre pharmazeutische Fürsorge sichtbar machen. Als Hitzeschutzinsel bietet die Apotheke nicht nur einen kühlen Ort zum kurzen Durchatmen, sondern auch Orientierung und konkrete Hilfe.

Gleichzeitig bietet sich die Gelegenheit, mit den Besucherinnen und Besuchern der Hitzeschutzinsel in einen persönlichen Austausch zu treten und bedarfsgerechte Beratungen anzubieten, wodurch sich zusätzliche Impulse für Kundenbindung und Umsatzentwicklung ergeben können.

Bei Hitze steigt das Risiko für Kreislaufprobleme, Dehydratation, Verschlechterung chronischer Erkrankungen und hitzebedingte Notfälle. Auch Arzneimittel selbst können zu Problemen führen, denn Hitze kann die Pharmakokinetik und Verträglichkeit von Arzneimitteln beeinflussen. Zugleich können bestimmte Wirkstoffe die Thermoregulation, den Flüssigkeitshaushalt oder die Kreislaufanpassung des Körpers beeinträchtigen.

Was ist eine Hitzeschutzinsel?

Eine Hitzeschutzinsel ist ein gut sichtbarer, niedrighschwelliger Schutzort während heißer Tage.

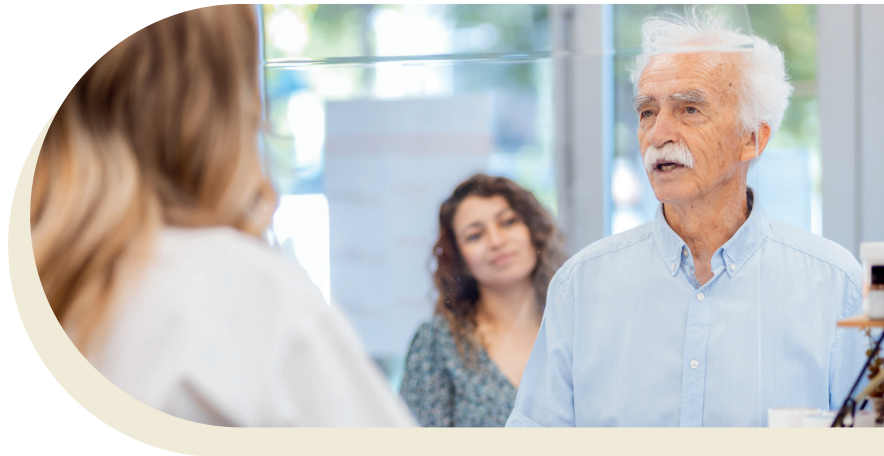
In der Apotheke kann das bedeuten:

- ein kühler Sitzplatz zum Ausruhen,
- im Notfall ein Glas Wasser oder ein Hinweis auf Trinkmöglichkeiten,
- Hitzeschutzberatung am HV-Tisch,
- Beratung zum Thema Sonnenschutz,
- Informationen zur sicheren Arzneimittelaufnahme und -lagerung,
- gezielte Ansprache gefährdeter Patientinnen und Patienten,
- sichtbare Kennzeichnung:
„Hier können Sie sich bei Hitze kurz abkühlen.“

Formulierungshilfen für den HV-Tisch

Bei Abgabe hitzesensibler Arzneimittel:

„An heißen Tagen kann sich die Wirkung oder Verträglichkeit mancher Arzneimittel verändern. Wenn Sie zum Beispiel Schwindel, Kreislaufprobleme oder ungewöhnliche Beschwerden bemerken, sprechen Sie uns oder Ihren Arzt gerne an. Eine eigenständige Dosisanpassung kann Risiken bergen.“



Bei älteren oder chronisch kranken Patientinnen und Patienten:

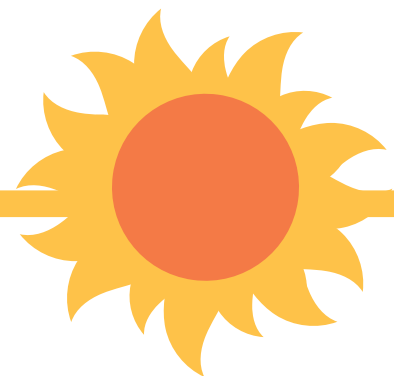
„Bitte achten Sie bei Hitze besonders auf ausreichend Flüssigkeit – sofern Ihre Ärztin oder Ihr Arzt nichts anderes empfohlen hat – und meiden Sie die Mittagshitze.“

Bei Arzneimittellagerung:

„Lagern Sie Ihre Medikamente möglichst kühl und trocken, aber nicht automatisch im Kühlschrank. Wenn ein Arzneimittel gekühlt werden muss, steht das auf der Packung oder wir weisen Sie darauf hin.“

Beim Eintritt in die Apotheke an Hitzetagen:

„Wenn Ihnen draußen zu heiß ist: Setzen Sie sich gern kurz hin und kühlen Sie sich ab.“



Machen Sie mit: Werden Sie Hitzeschutzinsel!

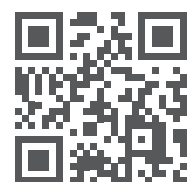
Entscheidend ist, dass Patientinnen und Patienten spüren:

- ✿ Diese Apotheke ist vorbereitet.
- ✿ Diese Apotheke achtet auf gefährdete Menschen.
- ✿ Diese Apotheke hilft, bevor Hitze zum Notfall wird.

Bereiten Sie Ihre Apotheke jetzt auf heiße Tage vor. Nutzen Sie die Checkliste (s. 3), sprechen Sie Ihr Team an und setzen Sie sichtbare Zeichen für Ihre Patientinnen und Patienten. ***Denn Hitzeschutz beginnt dort, wo Menschen Rat suchen: in Ihrer Apotheke!***

Materialien und Unterstützung

AKNR Klima-Toolbox für Apotheken: Fortbildungen, Leitfäden, Kommunikationsmaterialien und Hinweise zu Hitzeschutz, nachhaltigem Apothekenbetrieb und Klima und Gesundheit.



[ak.nrw/ktbx](https://www.ak.nrw/ktbx)



CHECKLISTE

So wird Ihre Apotheke zur Hitzeschutzinsel

1. Organisation vorbereiten

- ☀️ Verantwortliche Person für Hitzeschutz benennen
- ☀️ ggf. Maßnahmen gemäß Musterhitzeschutzplan im QMS oder in internen Arbeitsabläufen verankern
- ☀️ Hitzewarnungen des Deutschen Wetterdienstes abonnieren oder regelmäßig prüfen
- ☀️ Vorgehen bei DWD-Hitzewarnstufen im Team besprechen
- ☀️ Kurze Kommunikationskette festlegen: Wer informiert wen bei Hitzewarnung?
- ☀️ Team zu Hitzesymptomen, Warnzeichen und Beratungshinweisen schulen
- ☀️ Mit lokalen Kontakten zum Thema Hitzeschutz austauschen: Kommune, Hausarztpraxen, Pflege- und Sozialdienste, Nachbarschaftshilfen

2. Räume und Technik hitzefest machen

- ☀️ Kühlen Bereich in der Offizin oder im Wartebereich festlegen
- ☀️ Sitzgelegenheit für gefährdete Personen bereitstellen
- ☀️ Sonnenschutz prüfen: Markisen, Jalousien, Rollos
- ☀️ Klima- und Lüftungsanlagen warten lassen
- ☀️ Temperaturkontrolle in Offizin sicherstellen

3. Patientinnen und Patienten aktiv beraten

- ☀️ Gefährdete Stammkundschaft gezielt ansprechen
- ☀️ Ggf. pharmazeutische Dienstleistungen berücksichtigen (Erweiterte Medikationsberatung bei Polymedikation, Standardisierte Risikoerfassung hoher Blutdruck)
- ☀️ Bei hitzesensibler Medikation aufmerksam beraten

- ☀️ Ggf. Hinweise zur ausreichenden Trinkmenge (mind. 1,5 L pro Tag) CAVE bei Herz- oder Nierenerkrankungen!
- ☀️ Auf richtige Arzneimittellagerung zu Hause und unterwegs hinweisen
- ☀️ Insbesondere bei transdermalen Systemen, Diuretika, Antihypertensiva, Psychopharmaka und Anticholinergika aufmerksam sein [siehe CALOR-Liste]
- ☀️ Bei Unsicherheit Rücksprache mit Ärztinnen und Ärzten empfehlen
- ☀️ Warnzeichen erklären: Schwindel, Verwirrtheit, starke Schwäche, Kreislaufprobleme, Fieber, Bewusstseinsstörungen
- ☀️ Bei akuten Warnzeichen: medizinische Hilfe veranlassen

4. Sichtbar werden

- ☀️ Schaufensterhinweis anbringen: „Hitzeschutzinsel – kommen Sie gerne zum Abkühlen herein.“
- ☀️ Plakat oder Aufsteller im Eingangsbereich nutzen
- ☀️ Flyer „Hitzeschutztipps aus Ihrer Apotheke“ bereitlegen
- ☀️ QR-Code zu seriösen Hitzeschutzinformationen anbieten
- ☀️ Auf Sitzplatz und Beratung hinweisen
- ☀️ Botendienst-Angebot bei gefährdeten Personen aktiv kommunizieren
- ☀️ Lokale Hitzeschutzangebote kennen: Trinkbrunnen, kühle Orte, kommunale Angebote