

TOP 3 Referat

Michael Cirkel, ausgebildeter Sozialwissenschaftler, ist wissenschaftlicher Mitarbeiter im Forschungsschwerpunkt Gesundheitswirtschaft & Lebensqualität des Instituts Arbeit und Technik (IAT) an der Ruhr-Universität Bochum (RUB). Aktuell beschäftigt er sich vor allem mit der Verbesserung der Gesundheit und Lebensqualität älterer Menschen. In dem Zusammenhang führte er 2023 und 2024 in Recklinghausen zwei Projekte zur Hitzeprävention für ältere Menschen bzw. für alleinlebende ältere Menschen durch.

Referat

Angesichts des fortschreitenden Klimawandels werden Hitzeereignisse während der Sommermonate zunehmen, länger dauern und heißer werden. Von Hitzetagen spricht man bei Temperaturen ab 30°, von Tropennächten ab 20°. Während der Hitzewelle 2003 in Frankreich herrschten in Paris 40-45°, landesweit gab es 15.000 Tote. Durch Hitze besonders gefährdet sind z.B. Menschen, die im Freien arbeiten, in aufgeheizten Wohnungen leben, Säuglinge und Kleinkinder, Schwangere, Menschen mit Vorerkrankungen oder Behinderungen und alte Menschen. In Paris wurden viele Maßnahmen zur Abhilfe ergriffen: U.a. wurden alleinstehende ältere Menschen in einem Register erfasst, um sie bei Hitzewellen per Telefon kontaktieren zu können; der Datenschutz wurde dafür aufgehoben. In Deutschland ist dies nicht möglich; auch die Zahl der Hitzetoten kann bei uns nur geschätzt werden, es gibt diese Kategorie nicht.

Die Auswirkungen von Hitze sind vielfältig: Es gibt u.a. mehr Unfälle, Allergien, Infektionskrankheiten. Die Belastung für das Herz-Kreislaufsystem verläuft in Stufen: Hitzeerschöpfung geht einher mit erhöhter Temperatur, Schwindel und Atembeschwerden, bei Hitzschlag folgen Krämpfe und Ohnmacht, fast die Hälfte der kollabierten Menschen stirbt danach an multiplem Organversagen.

Alleinlebende Senior:innen zählen zu den am stärksten gefährdeten Menschen. Um gerade sie zu schützen, wollte das IAT mit dem Pilotprojekt in Recklinghausen praxisnahe Lösungsansätze erproben: Eine Testgruppe sollte bei Hitzeperioden von der Notrufzentrale des DRK regelmäßig angerufen werden, um ihr gesundheitliches Befinden abzufragen und ihnen alltagstaugliche Tipps zum Hitzeschutz zu geben – ausreichend zu trinken, die Wohnung zu kühlen usw. Der Aufnahme solcher Kontakte muss man aus Datenschutzgründen zustimmen – ein Problem für den Erstkontakt. Viele Senior:innen sind schwer erreichbar: Sie leben zurückgezogen, sind gesundheitlich eingeschränkt oder haben auch ein geringes Vertrauen in neue, präventive Maßnahmen. Erst nach gezielter Kooperation mit Apotheken und hausärztlichen Praxen, die persönlich die Senior:innen angesprochen haben, konnten schließlich 23 Personen gewonnen werden. Diese Gruppe war natürlich nicht repräsentativ. Die Teilnehmenden lebten überwiegend allein, waren im Durchschnitt 86 Jahre alt, drei Viertel hatten Vorerkrankungen.

Als Ergebnis des Projekts fühlten sich die Befragten insgesamt gut beraten, respektvoll behandelt und in ihren individuellen Bedürfnissen ernst genommen. Die gute fachliche und zugleich empathische Gesprächsführung half offensichtlich dabei, Vertrauen aufzubauen. Es zeigte sich aber auch, dass den Senior:innen zwar vieles bekannt war („mehr trinken“ z.B.) es aber zu wenig befolgt wurde – weil sie sich zum Teil als nicht gefährdet wahrnahmen und sich überschätzten. Auch die Hitzegefahr wurde von ihnen als nicht so bedrohlich angesehen wie andere Wetterkatastrophen.

Hitzeschutz kann aber nicht nur ein individuelles Problem sein, es ist Aufgabe der gesamten Stadtgesellschaft – Gesundheitsdienstleistende, Kommunen, Wirtschaft usw. Der Referent verwies abschließend auf die Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit e.V. (KLUG), die seit 2017 ein Netzwerk aus Expert:innen, wissenschaftlichen Einrichtungen und zahlreichen weiteren Akteur:innen des Gesundheitssektors aufgebaut hat und Bund, Länder und Kommunen berät. (www.klimawandel-gesundheit.de)

Diskussion

Rebecca Vogel vom Gesundheitsamt wies auf viele kleine und größere Maßnahmen hin, die aktuell ausgearbeitet würden bzw. die man umzusetzen versuche. Sie stünde auch in Austausch mit der Partnerstadt Toulouse, in der Solidaritätsgruppen aufgebaut worden seien. Viele wollten wissen, wie man bei uns an Informationen kommen kann – an wen müsse man sich wenden? Die Düsseldorfer Karte der kühlen Orte auf der Internetseite der Stadt sei schwierig zu lesen. Es gebe auch „das Recht auf ein analoges Leben“; Köln sei vorbildlich und habe einen zwölfseitigen Hitzeaktionsplan herausgegeben. Flyer mit Infos würden auch in Düsseldorf zugeschickt, auch bei telefonischer Nachfrage. Man könne doch auch kühle Orte im Lokalradio durchgeben, Tipps auf den Bildschirmen in den U-Bahnhöfen veröffentlichen, Durchsagen in den Rheinbahnzügen machen. Ein anwesendes Ratsmitglied der Grünen-Fraktion erinnerte an notwendige ökologische Lösungen wie Entsiegelung und das Anlegen von Grünstreifen statt vereinzelter Baumscheiben. Als weitere Ideen und Wünsche wurden u.a. genannt: mehr Grün, Bänke im Schatten, Wassernachfüllstationen, Wassersprüher für die Handtasche, mehr öffentliche WC. Und als „praktische Lebenshilfe“ gab es noch den Tipp, nicht aus Sorge um Inkontinenzprobleme unterwegs aufs Trinken zu verzichten, sondern mit entsprechender Unterwäsche vorzubeugen.

Im Schlusswort wurde darauf hingewiesen, dass wir alle in unserem Umfeld zum Schutz geschwächter oder betagter Personen beitragen können, indem wir Kontakt halten und nachfragen, wie es ihnen geht.

Lika Weingarten