

„Hundstage für alte Menschen“

Nicht nur draußen herrscht Hitze, auch in den Räumen staut sich die Wärme. Das kann vor allem für Senioren zur Gefahr werden.

Nicht alle freut die derzeitige Hitze. Schwierig ist sie vor allem für Senioren. Dehydrierung ist für Senioren ein großes Risiko, denn das Durst-Empfinden und die Aktivität der Schweißdrüsen lassen im Alter nach. „Das sind Hundstage für alte Menschen“, sagt Bernd Trost, Leiter des Altenpflegeheims Pfarrer-Münzenberger-Haus und des Franziska-Scherer-Seniorenzentrums. Gerade in der Einrichtung an der Langen Straße am östlichen Rand der Innenstadt staut sich die Hitze „wie unter einer Glocke“.

Mehr Getränke bereitstellen, alle Wärme entwickelnden Geräte ausstellen, Querlüften und feuchte Tücher vor die Fenster hängen sind Versuche, die Hitze für die Senioren erträglicher zu gestalten. „Ältere Menschen haben einen kleineren Bewegungsradius als junge und halten sich meist nur noch in Haus oder Garten auf“, sagt Trost. Deshalb forderten die Pfleger „mobile“ Bewohner auf, sich in kühlere Ecken zu begeben. Beschäftigungsangebote an Orten wie dem schattigen Innenhof oder den Räumen im Untergeschoss sollen für die Bewohner Anreize schaffen, die wärmeren Zimmer zu verlassen. „Das wichtigste ist, sie ständig zum Trinken anzuhalten“, so Trost. Wer dazu nicht mehr imstande sei, bekomme bei Bedarf auch eine Infusion angelegt, um die Versorgung mit genügend Flüssigkeit zu gewährleisten.

Im Jahr 2003 hatte die Hitzewelle in Europa bis zu 50 000 Todesopfer gefordert. Als Reaktion darauf wurde vom hessischen Sozialministerium in Kooperation mit dem Deutschen Wetterdienst ein Frühwarnsystem entwickelt. „Klima-Michel“ heißt das Modell, das der Wetterdienst seither verwendet, um die Auswirkungen des Wetters auf den menschlichen Körper einschätzen zu können.

„Entscheidend für das Wärmeempfinden eines Menschen ist die Mischung aus Luftfeuchtigkeit, Hitze und Wind“, sagt

Uwe Kirsche vom Wetterdienst. Bei dem Simulationsmodell wird ein durchschnittlicher Mitteleuropäer mit dem prognostizierten Klima konfrontiert. Steigt die gefühlte Temperatur über 32 Grad, wird eine Warnung der Stufe eins für starke Wärmebelastung ausgesprochen. Bei mehr als 38 Grad warnt der Wetterdienst vor extremer Wärme. Über einen Verteiler informiert er Seniorenheime, die daraufhin die vom Sozialministerium vorgeschriebenen Vorkehrungen treffen. Deren Einhaltung wird durch sogenannte „Hitzeprüfungen“ gewährleistet. Allein dieses Jahr waren es in Hessen 150. Schwierigkeiten gibt es laut Kirsche aber nicht in den Pflegeheimen: „Auch wenn pflegende Angehörige den Newsletter

mit unseren Warnungen bestellen können, erreichen wir außerhalb der Altersheime doch nicht alle.“

Edeltraud Lintelow leitet die Caritas-Sozialstation in Oberursel und kennt die Gefahren in der ambulanten Pflege: „Wir sind nur punktuell vor Ort und können die Menschen nicht die ganze Zeit zum Trinken animieren.“ Darum bietet die Sozialstation eine Beratung für Angehörige und Nachbarn an. Die ältere Generation sei es nicht gewohnt, ständig etwas zu trinken. Lintelow empfiehlt deshalb, vom reinen Wassertrinken abzukommen und stattdessen das Lieblingsgetränk herauszufinden. „Einer Patientin haben wir alkoholfreien Sekt besorgt, weil sie den Geschmack so gern mag“, sagt Lintelow.

Eine weitere Möglichkeit sei es, „Trinkinseln“ in der Wohnung zu verteilen. Gefüllte Gläser an häufig besuchten Orten im Haus sollen die Senioren ans Trinken erinnern. Einfach mal „Prost!“ zu sagen und wasserhaltige Lebensmittel wie Melonen anzubieten beuge der Dehydrierung auch vor.

Die Kliniken in Frankfurt sind ebenfalls auf die Hitze eingestellt, lüften und dunkeln die Zimmer ab, bieten vermehrt Getränke an und waschen die Patienten regelmäßig ab. Das Frühwarnsystem scheint jedenfalls Wirkung zu zeigen: Nach Angaben des Regierungspräsidiums Gießen sind in Hessen dieses und letztes Jahr durch die Hitze nicht mehr Todesfälle gezählt worden. *khaf*



Vorsorge: Alte Menschen müssen bei der Hitze immer wieder an das Trinken erinnert werden.

Foto dpa