

# Die Bedeutung des Klimawandels in der Allgemeinmedizin

## Fünf Handlungsstrategien für die Praxis

*In Deutschland fühlen sich laut einer Umfrage 88 Prozent der ambulant tätigen Ärztinnen und Ärzte dafür verantwortlich, Klimaschutz in ihrer Praxis umzusetzen [1]. Jedoch fehle es unter anderem an Informationen zu Umsetzungsstrategien. Dieser Artikel soll Ihnen fünf praktische Handlungsstrategien für die Umsetzung von Klimaschutz in Ihrer Hausarztpraxis geben.*



### 1. Kommunikation von Gesundheitsrisiken und Präventionsmaßnahmen

Hausärztinnen und Hausärzte nehmen eine Schlüsselposition im Klimaschutz ein. Zum einen genießen sie als langjährige Vertrauensperson ihrer Patientinnen und Patienten eine besondere Glaubwürdigkeit und können daher Klimaschutzmaßnahmen und die gesundheitlichen Auswirkungen des Klimawandels authentisch kommunizieren. Zum anderen sind sie bei allen gesundheitlichen Problemen erste Ansprechperson und betreuen viele chronisch Erkrankte sowie ältere Patienten, die besonders durch den Klimawandel gefährdet sind.

Es gibt mehr als 100 klimasensible Erkrankungen, also Krankheiten, die durch den Einfluss des Klimawandels verursacht oder negativ beeinflusst werden. In Deutschland haben vor allem vermehrte heiße Tage und Hitzewellen, die durch den Klimawandel zunehmen, einen großen Einfluss auf die Gesundheit unserer Patienten. Während Hitzewellen steigt die Übersterblichkeit und die Anzahl an Arztbesuchen und Krankenhausein-

weisungen stark an. Über Gesundheitsrisiken und Präventionsmaßnahmen sollte das Praxisteam informiert sein, um Patienten gezielt beraten zu können. Entsprechende Informationsmaterialien finden Sie beispielsweise auf [www.hitze.info](http://www.hitze.info). Um sich auf Hitzeperioden und andere Extremwetterereignisse rechtzeitig vorbereiten zu können, bieten sich beispielsweise die Apps NI-NA, KATWARN oder die WarnWetter-App an. Weitere Praxistipps für Hitzewellen stellen wir in den nachfolgenden Punkten vor.



### 2. Vorsommerlicher Medikamenten-Check-Up und Anpassung der Medikation

Vor Beginn des Sommers sollte sich bei vulnerablen Gruppen ein Überblick über bei Hitze

potenziell gefährdende Medikamente verschafft werden. Hierzu gehören unter anderem:

- » Diuretika: erhöhen das Risiko für Dehydratation und Elektrolytentgleisungen. Wichtig sind ein Monitoring des Flüssigkeitshaushalts und gegebenenfalls der Elektrolyte.
- » Anticholinerge und psychotrope Medikamente: Vermindern die Schweißproduktion und somit eine adäquate Thermoregulation. Sinnvoll ist eine engere Überwachung und gegebenenfalls Dosisreduktion.
- » ACE-Hemmer: Vermindern das Durstgefühl. Eine Möglichkeit wäre ein Trinkprotokoll führen zu lassen.
- » Betablocker: Verändern die Hautdurchblutung und führen zu einer gestörten Thermoregulation.
- » Insulin: Verstärkte Anflutung durch stärkere Hautdurchblutung bei Hitze. Ein enges Blutzucker-Monitoring kann hilfreich sein.

» Opioid-Pflaster: Verminderte Schweißproduktion und veränderte Thermoregulation, rascheres Anfluten durch erhöhte Hautdurchblutung bei Hitze. Gegebenenfalls ist ein engeres Monitoring erforderlich. Eine direkte Sonneneinstrahlung auf das Pflaster sollte vermieden werden.

Weitere Medikamentenklassen und mögliche Anpassungsmaßnahmen können in der Heidelberger Hitzetabelle eingesehen werden [2].

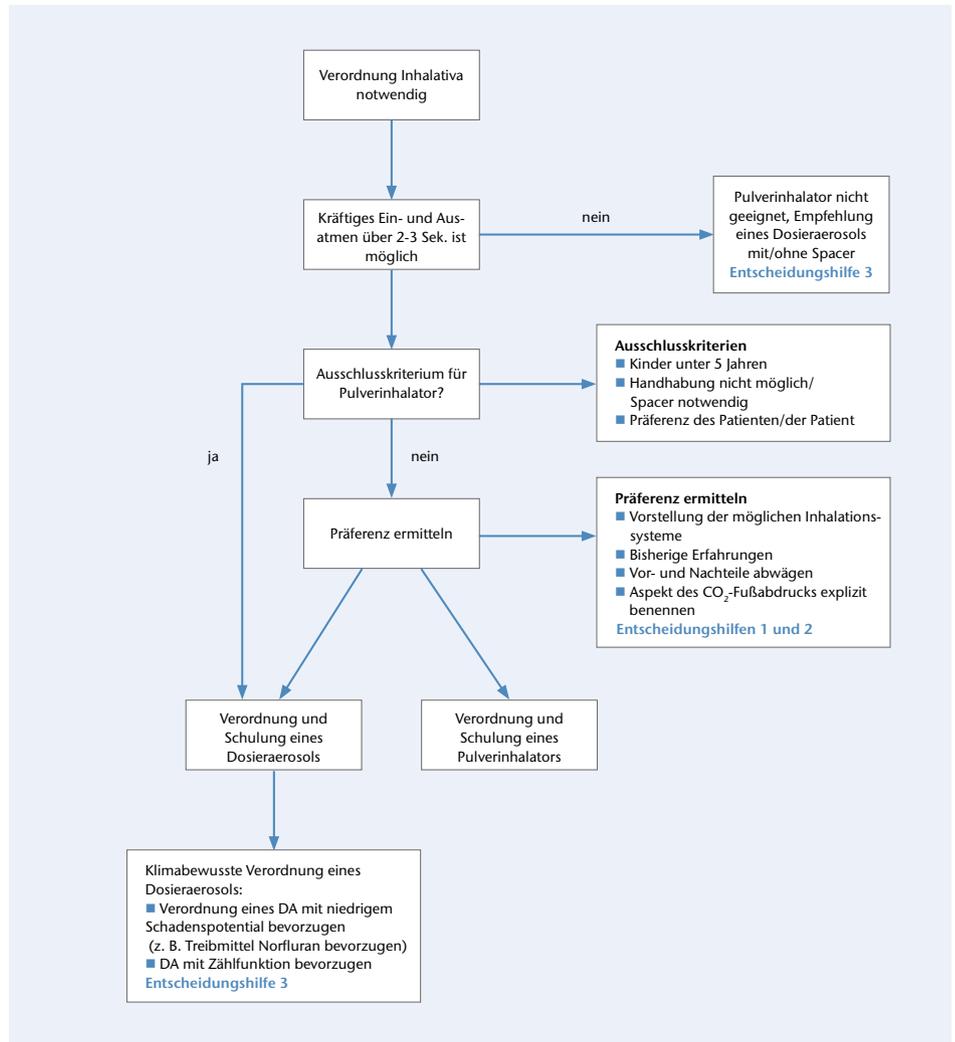
### 3. Anpassung der Praxisräumlichkeiten und des Praxisablaufs an Hitze

Hitzeperioden wirken sich ebenfalls auf die Psyche aus. Wenn Menschen sich in überhitzten Räumen aufhalten, lässt die Konzentrationsfähigkeit nach und die Aggressivität steigt. Dadurch nehmen Fehler und Konflikte bei steigenden Temperaturen zu. Da dies sowohl Ihre Patienten als auch das gesamte Praxispersonal betreffen kann, kann eine Möglichkeit sein, den Praxisablauf in Hitzeperioden anzupassen.

Um Ihren Patienten zu den heißesten Tageszeiten den Weg zur Praxis zu Fuß oder in überhitzten Verkehrsmitteln zu ersparen, bietet es sich an, Sprechzeiten in frühe Morgen- und Abendstunden zu verlegen. Auch die Praxisräumlichkeiten sollten an Hitze angepasst werden. Es sollte genügend Trinkwasser für das Praxispersonal und auch für die Patienten zur Verfügung stehen. Um die Räumlichkeiten kühl zu halten, ist ein Ventilator eine gute Möglichkeit, wenn keine Klimaanlage vorhanden ist. Ein Ventilator kühlt die Luft zwar nicht ab, aber er kann den Körper (bis zu einer Umgebungstemperatur von 37 Grad) über die Haut abkühlen. Damit Ihr Praxisteam während der Arbeit einen „kühlen Kopf“ bewahren kann, lohnt es sich, über die Anschaffung von Kühlwesten nachzudenken. Diese kühlende Kleidung kann unter der Schutzkleidung getragen werden und eignet sich deshalb im Gesundheitswesen besonders gut, um den Körper zu kühlen.

### 4. Proaktive Kontaktaufnahme mit Risikopatienten

Auch wenn es einen zusätzlichen Zeitaufwand bedeutet, lohnt es sich, Patienten mit hitzesensiblen Erkrankungen oder in hohem Alter, im Vorsommer einen Hausbesuch abzustatten oder diese zusätzlich zu beraten. Hierdurch können Sie präventiv gegen Übersterblichkeit in Hitzewellen angehen. Wird die Wohnung Ihrer Patienten korrekt schattiert und belüftet? Sind der Hauptaufenthaltsort und der Schlafplatz im kühlestem Raum der Wohnung? Falls dies nicht



Algorithmus zur klimabewussten Verordnung von inhalativen Arzneimitteln

der Fall sein sollte, kann frühzeitig eine Umstellung für heiße Tage und Nächte arrangiert werden. Ebenfalls empfiehlt die World Health Organization (WHO), dass Risikopatienten in Hitzeperioden täglich besucht werden, um ihren Gesundheitszustand zu überwachen. Diese Empfehlung kann die Hausarztpraxis nicht alleine umsetzen. Beziehen Sie frühzeitig das soziale Umfeld und gegebenenfalls weitere Stakeholder, wie Nachbarschaftshilfen, ein.

### 5. Reduktion von Treibhausgasen in der Hausarztpraxis

Neben den genannten Anpassungsmöglichkeiten (Adaptation) können Sie auch proaktiv vorgehen (Mitigation) und mit Maßnahmen in der Praxis das Klima schützen. Mit den folgenden drei Praxistipps haben Sie einen besonders großen Hebel bei der Reduktion der Treibhausgasemissionen:

#### a. Vermeidung von Überversorgung und rationale Medikamentenverschreibung

Die meisten Treibhausgasemissionen einer Praxis entstehen durch die Verschreibung von Medikamenten. Dies ergibt sich durch den gesamten Prozess von Rohstoffgewinnung, Herstellung, Verpackung, Transport bis zur Entsorgung der Arzneimittel. Aus diesem Grund sollte eine möglichst passgenaue Packungsgröße verschrieben werden. Auch über die korrekte Entsorgung von Medikamenten sollten Sie Ihre Patienten informieren, beispielsweise auf [www.arzneimittelentsorgung.de](http://www.arzneimittelentsorgung.de). Damit vermeiden Sie die negative Beeinflussung von Ökosystemen durch Arzneimittelrückstände in Abwässern. Jede technische Untersuchung zu viel kann die Patientensicherheit gefährden und bedeutet gleichzeitig einen unnötigen Ressourcenverbrauch. Die Reduktion von Über-



versorgung ist daher essenziell für den Klimaschutz.

**b. Trockenpulver- vor Dosierinhalatoren bevorzugen**

Die Gase in Dosieraerosolen haben ein rund 1.300-fach höheres Treibhausgaspotenzial als CO<sub>2</sub> und verweilen circa 13 Jahre in der Atmosphäre. Dadurch sind die Klimaauswirkungen der verschriebenen Dosieraerosole einer Praxis höher als die Klimaauswirkungen von Strom und Heizung zusammen. Fast alle Wirkstoffe gibt es jedoch auch als Pulverinhalator. Durch eine Umstellung Ihrer Patienten, sofern möglich, können Sie viel CO<sub>2</sub> einsparen. Eine praxisnahe Anleitung zu dieser Thematik bietet die aktuelle S1-Handlungsempfehlung „Klimabewusste Verordnung von inhalativen Arzneimitteln“ [3] der Deutschen Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin (DEGAM – siehe Schaubild links).



**c. Klimafreundliche Praxismobilität**

Klimaschutz ist Gesundheitsschutz! Bieten Sie Ihrem Team (E-)Fahrräder an, zum Beispiel per Leasing. Haben Sie die Möglichkeit, zusätzliche Fahrradabstellplätze und E-Ladesäulen vor der Praxis zur Verfügung zu stellen? Damit sparen Sie Emissionen und tragen gleichzeitig zu Ihrer eigenen sowie der Gesundheit Ihres Teams und Ihrer Patienten bei.

Der Klimawandel und seine Folgen können so abstrakt und groß wirken, dass die Handlungsmöglichkeiten als Einzelperson gering

erscheinen. Dabei gibt es gerade auch im Gesundheitsbereich großes Veränderungspotenzial. Hausärztinnen und Hausärzte nehmen als Vertrauensperson und durch ihren Kontakt zu vielen Menschen eine Vorbildfunktion ein. Die Bereitschaft der Hausärzte, sich für den Klimaschutz einzusetzen, ist hoch, die Umsetzung im Praxisalltag aber teilweise schwierig. Wir haben Ihnen mit diesen fünf Handlungsstrategien konkrete Ideen und Umsetzungsmöglichkeiten aufgezeigt, wie Sie besser mit bereits veränderten klimatischen Bedingungen umgehen und einen konkreten Beitrag für den Klimaschutz und unser aller Gesundheit leisten können.

Das Literaturverzeichnis kann im Internet unter [www.bayerisches-aerzteblatt.de](http://www.bayerisches-aerzteblatt.de) (Aktuelles Heft) abgerufen werden.

**Autoren**

- Dr. Johanna Römer
- Kira Molkentin
- Pascal Nohl-Deryk
- Professorin Dr. Beate Müller

Institut für Allgemeinmedizin  
Universität zu Köln



praktisch  
flexibel

bequem  
ökologisch

Steigen Sie um auf die Online-Ausgabe

Ändern Sie bitte – auch aus ökologischen Gründen – noch heute die Bezugsform Ihres Bayerischen Ärzteblatts!  
In unserem Mitgliederportal können Sie bequem vom Print- zum Online-Abo wechseln: [www.bayerisches-aerzteblatt.de/mein-abo.html](http://www.bayerisches-aerzteblatt.de/mein-abo.html)