

Hitze führt zu deutlich mehr Krankmeldungen

Hohe Temperaturen werden in Brandenburg immer mehr zum Gesundheitsrisiko

BRANDENBURG. Brandenburg gehört deutschlandweit zu den am stärksten von Hitze betroffenen Regionen. Wie stark hohe Temperaturen auch den Arbeitsalltag beeinflussen, zeigt eine Studie des Potsdam-Instituts für Klimafolgenforschung auf Basis von AOK-Daten von rund 9,7 Millionen versicherten Beschäftigten zwischen 25 und 59 Jahren aus den Jahren 2007 bis 2020. Laut der bundesweiten Analyse steigt die Zahl der Krankmeldungen an einem durchschnittlichen Hitzetag mit Temperaturen über 30 Grad kurzfristig um etwa 3,5 Prozent. Am dritten Hitzetag in Folge liegt der Anstieg bereits bei fünf Prozent, nach sieben Hitzetagen in Folge bei rund elf Prozent.

„Diese Zahlen zeigen, dass Hitzeschutz auch in der Arbeitswelt einen höheren Stellenwert bekommen muss“, sagt Claudia Engel, Nachhaltigkeitskoordinatorin der auch für Brandenburg zuständigen Krankenkasse AOK Nordost. Gerade bei Tätigkeiten im Freien, bei körperlich belastender

Arbeit oder bei wenig flexiblen Arbeitszeiten brauche es „praxistaugliche“ Lösungen. „Dazu gehören kühlere Arbeitsräume, Schutz vor direkter Sonne, angepasste Arbeitszeiten und klare Abläufe für Hitzewarnungen“, so Claudia Engel.

Hitze ist für viele Menschen in Brandenburg mittlerweile eine sehr konkrete Belastung – zu Hause, am Arbeitsplatz und vor allem auch in der Pflege. „Besonders ältere, chronisch kranke und pflegebedürftige Menschen brauchen verständliche

Informationen und verlässliche Unterstützung“, so Claudia Engel. Hitzeschutz gelinge nicht durch Appelle allein. „Er muss dort ankommen, wo Menschen leben: in Familien, Pflegeeinrichtungen, Betrieben und Kommunen“, mahnt die Nachhaltigkeitskoordinatorin.

Hitzeschutz auch auf kommunaler Ebene und in Einrichtungen wie Pflegeheimen ist Teil eines Zentralen Netzwerks Hitzeschutz in Brandenburg, in das auch die AOK integriert ist.

Ziel ist es, Maßnahmen zum Schutz vulnerabler Gruppen anzustoßen, umzusetzen und weiterzuentwickeln. Zudem ist die Kasse an kommunalen Hitzeschutz-Vorhaben beteiligt. Ein besonderer Fokus der AOK Nordost liegt zudem auf Menschen, die Angehörige zu Hause pflegen. Über das Programm „Pflege in Familien fördern – Pfiff“ unterstützt die Gesundheitskasse pflegende Angehörige, Freunde und Nachbarn dabei, Hitzeschutz in der häuslichen Pflege mitzudenken. Dafür steht ein Themenblatt zum Hitzeschutz in deutscher und türkischer Sprache zur Verfügung.

„Hitzeschutz beginnt nicht erst im Notfall“, sagt Anne Kaeks, Leiterin der AOK Pflege Akademie. „Angehörige, Nachbarn oder Freunde, die Pflege übernehmen, brauchen kurze, gut verständliche Hinweise, um gesundheitliche Risiken frühzeitig zu erkennen und wirksam vorzubeugen. Genau hier setzt das Pfiff-Themenblatt zum Verhalten bei Hitze an.“ Die Kasse empfiehlt, Hitzewarnungen des Deutschen Wetterdienstes ernst zu nehmen und den Alltag entsprechend anzupassen.

Brandenburg vorn bei Grippe-Impfschutz

WHO-Ziel wird dennoch deutlich verfehlt – Arzneimittelreport: Probleme bei Pflegebedürftigen

BRANDENBURG. In Brandenburg lassen sich vergleichsweise viele ältere Menschen gegen die Grippe impfen. Das Ziel der Weltgesundheitsorganisation (WHO), eine Impfquote von 75 Prozent zu erreichen, wird dennoch sowohl in der Region als auch bundesweit deutlich verfehlt. Nach Daten des Arzneimittelreports der BAR-MER-Krankenversicherung waren im Jahr 2023 immerhin 52,3 Prozent der Menschen ab 60 Jahren gegen Influenza geimpft. Damit belegt Brandenburg im bundesweiten Vergleich den zweiten Platz unter den Bundesländern, noch vor Berlin mit 49,4 Prozent auf Platz 3.

Eine im Vergleich zu Brandenburg noch höhere Impfquote wurde lediglich in Sachsen-Anhalt mit 55,2 Prozent erreicht. Der bundesweite Durchschnitt liegt mit 40,8 Prozent deutlich niedriger. Das WHO-Ziel, das schwere Krankheitsverläufe und Todesfälle deutlich reduzieren soll, ist also noch weit entfernt.

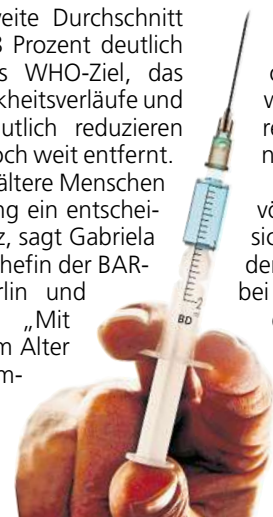
Gerade für ältere Menschen sei die Impfung ein entscheidender Schutz, sagt Gabriela Leyh, Landeschefin der BAR-MER für Berlin und Brandenburg: „Mit zunehmendem Alter reagiert das Immunsystem schwächer. Eine Gripeschutzimpfung kann das Risiko für schwere Krankheitsverläufe erheblich senken und Krankenhausaufenthalte vermeiden.“

Problematisch ist die Situation laut Arzneimittelreport bei Menschen mit erhöhtem gesundheitlichen Risiko. „Vor allem für Bewohnerinnen und Bewohner von Pflegeeinrichtungen sowie für Patientinnen und Patienten nach einem Herzinfarkt kann eine Infektion mit Influenza schwerwiegende Folgen haben“, warnt Gabriela Leyh. Dennoch wurde im Jahr 2023 mehr als die Hälfte dieser Versicherten nicht gegen Grippe geimpft.

Bundesweit lag die Impfquote im Jahr 2023 unter Bewohnerinnen und Bewohnern stationärer Pflegeeinrichtungen bei 48,9 Prozent. Bei pflegebedürftigen Menschen im häuslichen Umfeld lag sie mit 45,6 Prozent sogar noch niedriger. Auffällig ist zudem, dass pflegebedürftige Menschen ab 70 Jahren seltener geimpft werden als gleichaltrige Personen ohne Pflegebedarf, obwohl sie ein deutlich höheres Risiko für Komplikationen tragen.

Innerhalb der älteren Bevölkerung insgesamt zeigen sich Unterschiede. Besonders niedrig ist die Impfquote bei 60- bis 64-Jährigen, von denen in Brandenburg nur 33,3 Prozent gegen Grippe geimpft sind. Erst ab einem Alter von 70 Jahren überschreitet die Quote die Marke von 50 Prozent.

Foto: Adobe Stock/roxcon



Hitzeschutz wird auch in der Arbeitswelt immer wichtiger.
Fotos: Adobe Stock/jozsitoeroe, Adobe Stock/Boonterm



Gesundheit

ANZEIGE

Wenn sich die Beine schwer und gestaut anfühlen

Finden Sie mit diesem innovativen Pflegegel zurück zu spürbarer Leichtigkeit in den Beinen und unbeschwerten Schritten im Alltag

Schwere und geschwollene Beine – ein Problem, das fast 80 Prozent aller Erwachsenen kennen – gerade bei Hitze. Häufig hängt dieses Empfinden mit Wassereinlagerungen in den Beinen zusammen. Unter anderem entscheidend ist die Mikrozirkulation. Sprich: der Blutfluss in den kleinsten Gefäßen. Ebenso wie der Abtransport von Flüssigkeit aus dem Gewebe. Dies führt oft zu geschwollenen schweren Beinen, was für Betroffene häufig auch ein kosmetisches Problem darstellt. Denn die Beine fühlen sich nicht nur dick an, sie sehen auch dick aus.

Wassereinlagerungen und vorübergehende Ödeme gehen oft auch mit Nervenkompressionen einher. Dadurch können Spannungs- und Druckempfindungen stärker wahrgenommen werden. Auch unsere Haut reagiert sensibel auf Spannung und Trockenheit. Reize können so intensiver wahrgenommen werden und Schweregefühle können subjektiv verstärkt werden.



Der Multi-Target-Ansatz für schwere Beine

Wissenschaftler haben ein innovatives Pflege-Gel mit Multi-Target-Ansatz entwickelt. Das bedeutet, dass mit einem Produkt mehrere Punkte angesprochen werden. Die

Nervenspezialisten der Nr. 1 Apotheke Restaxil haben sich dabei von der Nobelpreisforschung inspirieren lassen. Herzstück der Formulierung ist der Pflanzenkomplex Legactif aus Goldrute, Mäusedorn und Zi-

trone. Er kann dazu beitragen:
› Die Mikrozirkulation anzuregen
› Die Hautdicke und die damit verbundenen Ödeme zu reduzieren¹
› Die Durchblutung feiner

Gefäße zu unterstützen und den Flüssigkeitsabtransport zu fördern

Die Nobelpreis-Forschung: Pflege für Ihre Haut

Mit Hydagen Aquaporin enthält das Gel einen Pflegebaustein, der auf der Nobelpreis-prämierten Grundlagenforschung zu Aquaporinen basiert. Die Menthol-Formulierung Koko ML Plus erzeugt ein Frischegefühl und das Produkt lässt sich ideal als Massagegel anwenden.

Restaxil Gel ist dermatologisch geprüft und in der Apotheke erhältlich. Das Gel ist aufgrund der Nachfrage nicht immer vorrätig. Nach Bestellung in der Apotheke ist das Produkt in wenigen Stunden abholbereit. Alternativ kann es online erworben werden.

Für Ihre Apotheke:
Restaxil Gel
(PZN 19649387)
www.restaxil.de

Das Gel von Restaxil



Restaxil®