



Flüssigkeitsnachschub lebenswichtig

Trinken, trinken und wieder trinken

04.07.15 - 03:00

Rödermark - Die Sahara-Temperaturen setzen Alten und besonders Pflegebedürftigen hart zu. Ihr Kreislauf wird stärker belastet, gleichzeitig senkt die Hitze das Durstgefühl dieser Menschen. Von Christine Ziesecke



So lässt es sich auch bei Hitzerekorden aushalten: Theodor Hardardt (91), seit Dezember 2013 als „Bewohner Nr. 5“ im „Artemed“-Stift zuhause und seit einem Jahr Heimbeirats-Vorsitzender, fühlt sich von Pflegedienstleiterin Ana Waldheim und ihren Kolleginnen gut versorgt. © Ziesecke

Das führt zur so genannten Hitzeerschöpfung und im schlimmsten Fall zum lebensbedrohlichen Hitzschlag. Wir haben in Seniorenheimen nach den Hitzefolgen gefragt. Tenor: Die Bewohner sind gut versorgt, die Betreuer kommen dagegen ins Schwitzen. In Hessen gilt die Hitzewarnstufe 2. Sie wird bei extremer Wärmebelastung ausgerufen und tritt ein, wenn die gefühlte Temperatur 38 Grad übersteigt oder die Hitzewarnstufe 1 mehr als vier Tage dauert. Vor allem Kinder, gesundheitlich geschwächte und ältere Menschen sind in praller Sonne und bei hoher Hitze gefährdet. Hessens Sozialminister Stefan Grüttner appelliert:

„Persönliches Verhalten an Hitze anpassen, Menschen in Betreuungssituationen angemessen versorgen.“ Die OFFENBACH-POST hat in drei der Rödermärker Alten- und Pflegeheimen nachgefragt und ist auf ruhige und besonnene, auf Erfahrungen basierende Vorbereitungen gestoßen. „Wir haben dafür schon lange Standards entwickelt, nach denen gearbeitet wird“, erläutert Pflegedienstleiterin Schwester Hildegard vom Haus Morija. Kleiner Vorteil dieses Heims: Hier wurden 2013 an den Sonnenseiten weitgehend selbst schließende Jalousien eingebaut. „Das ist eine große Erleichterung für unsere Mitarbeiter, bei den vielen Fenstern und 105 Bewohnern können wir nicht überall gleichzeitig sein.“

Fenster und Rollos bleiben ab 8 Uhr morgens geschlossen, erst die Nachtschwester öffnet sie zum Lüften. Die im Garten verteilten



FACEBOOK



TWITTER



GOOGLE+



E-MAIL

Getränke sind vor allem vormittags begehrt. Nachmittags bleiben die Bewohner überwiegend im Haus. Mehrmals am Tag werden die Temperaturen in den Stockwerken gemessen und dokumentiert. Schwester Hildegard: „Wenn's ganz schlimm wird, schalten wir die Ventilatoren ein.“

Das Grundproblem bei vielen älteren und kranken Menschen: Sie müssen meist zum Trinken ermahnt werden. „Wir reichen Wasser, Apfelschorle und Säfte, aber auch Kaltschalen“, berichtet Pflegedienstleiterin Ana Waldheim vom „Artemed“-Seniorenstift in der Ober-Rodener Straße. Dazu kommt ganz leichte Kost, viel Salat und Obst - klein geschnittene Melonenstücke sind wasserhaltig und besonders beliebt. In allen Häusern wird eine dünne Hühnerbrühe gereicht. Sie ist salzhaltig, bindet Wasser und löst Durstgefühle aus. Die Küchenchefs ändern den Speiseplan nach Bedarf. Und auf vielen Tischen steht den ganzen Tag Salzgebäck.

Bewohner wie auch ihre Angehörigen werden derzeit über besondere Maßnahmen unterrichtet - etwa die Pflicht zum Eincremen als Sonnenschutz. Pflanzliche Kühlgels und kühlendes Abwaschen helfen vor allem bettlägerigen Menschen gegen die ärgsten Hitzefolgen. Die Pfleger raten natürlich zu besonders leichter Wäsche und Kleidung sowie zum Laken statt des Deckbetts. „Das mit Bettzeug und Kleidung ist gar nicht so leicht. So mancher Bewohner hängt an seiner Strickjacke oder seiner Decke. Da müssen wir uns sehr vorsichtig zwischen den Wünschen der Senioren und der Vernunft bewegen“, weiß Schwester Hildegard im Haus Morija aus Erfahrung. Eine Klimaanlage gibt's es nur in wenigen Gemeinschaftsräumen, und auch dort wird sie sehr sparsam eingesetzt. Denn gegen Durchzug sind ältere Menschen besonders empfindlich.

Im Senioren- und Pflegepark Rödermark, dem früheren Hotel „Eichenhof“ im Industriegebiet Ober-Roden, werden die 41 Bewohner nach den gleichen Richtlinien betreut. „Wir reden gut auf sie ein, dass sie viel trinken, sich leicht kleiden und mehr, aber es braucht manchmal schon viel Überzeugungsarbeit“, sagt Chefin Petra Odenweller. Ein großer Vorteil ist hier die Lage hinter hohen Bäumen, die viel Schatten spenden. Und was schätzen die alten Leute: „Unsere Bewohner können nachmittags auf der Terrasse oder im Garten unterm Schirm sitzen, das ist gar kein Problem.“

Petra Odenweller und ihre Mitarbeiter kontrollieren regelmäßig die Temperatur in den Fluren und den Räumen, „und wenn’s mal zu heiß wird, holen wir die Bewohner ins Restaurant oder in den Aufenthaltsraum - da ist es am kühlfsten.“ Was übrigens auch bei „Artemed“ gilt: Sobald 30 oder 31 Grad in den Zimmern überschritten werden, bringt das Personal die Bewohner in kühlere Räume.

Doch auch die Mitarbeiter müssen sich in diesen schweißtreibenden Tagen gegenseitig ans Trinken erinnern. Sie können sich wohl bei den Getränken bedienen, aber vergessen es oft vor lauter zusätzlicher Arbeit. Da hilft nur Mahnen - oder, wie dieser Tage im „Artemed“ geschehen - eine Runde Wassereis schlecken, von der Heimleitung spendiert und vom Praktikanten besorgt.

Rubriklistenbild: © Ziesecke
