

# Hitzeberatung in der Apotheke

## Praxistipps für die heißen Tage

Zuletzt wurde gemeldet, dass ein weiterer Hitzerekord gebrochen wurde – jedes Jahr aufs Neue. Die Klimakrise verursacht längere und intensivere Hitzeperioden und stellt bereits heute eine Gefahr für die Menschen dar. Zu den besonders gefährdeten Gruppen zählen Kleinkinder, Schwangere, ältere Personen sowie alle chronisch kranken Menschen. Speziell Obdachlose und Berufstätige, die im Freien arbeiten, sind aufgrund der vorherrschenden Umstände besonders gefährdet. Die Mortalität steigt dabei mit steigenden Temperaturen. Das stellt auch Apotheken vor neue Herausforderungen.

### Physiologische und pharmakologische Aspekte

Durch Hitze werden im menschlichen Körper verschiedene adaptive Mechanismen zur Regulierung der Kerntemperatur aktiviert. Arzneimittel können diese Mechanismen negativ beeinflussen. Hier einige Beispiele:

- **Durst:** ACE-Hemmer und Angiotensinrezeptorbloker können das Durstgefühl vermindern.
- **Zentrale Temperaturregulation:** Diese ist abhängig von Monoaminen wie Serotonin und Dopamin, deren Ausschüttung durch neurologische Erkrankungen und psychotrope Medikamente beeinträchtigt werden kann.
- **Schwitzen:** Anticholinergika und andere Medikamente können eine Hypohidrose verursachen und die Temperaturregulation behindern.
- **Kutane Vasodilatation:** Sympathomimetika können die Hautdurchblutung beeinflussen.
- **Verminderte Aufmerksamkeit:** Sedativa können die Wachsamkeit beeinträchtigen und es erschweren, Warnsymptome zu erkennen.

In der Heidelberger Hitze-Tabelle sind Arzneistoffe mit potenziellem Risiko in Hitzewellen gelistet. Sie bietet dem pharmazeutischen Fachpersonal eine Übersicht sowie mögliche Maßnahmen zur Risikominimierung. In einer interprofessionellen Zusammenarbeit mit den verordnenden Ärztinnen und Ärzten können die Patientinnen und Patienten so während Hitzewellen geschützt werden. Die pharmazeutische Dienstleistung „Erweiterte Medikationsberatung bei Polymedikation“ bietet sich ebenfalls an: Bei der Überprüfung der Arzneimittel kann in den Sommermonaten auf die hitzesensiblen Arzneistoffe hingewiesen werden.

### Was Apotheken konkret tun können

Die Handlungsoptionen für Apotheken, in denen hitzesensibel beraten werden soll, sind vielfältig:

- Das Schaufenster wird zum Thema Hitze gestaltet, inklusive Poster mit Hitzeschutztipps.
- Hitze-Flyer werden in den heißen Sommermonaten an die Patientinnen und Patienten weitergegeben.
- Kostenlose Elektrolyt- und Wasserspender stehen sowohl für die Kundschaft als auch für das Apothekenpersonal zur Verfügung.
- Am Blutdruckmessplatz hängt ein Informationsblatt zum Zusammenhang zwischen Hitze und Blutdruck.
- Die Apotheke ist klimatisiert und bietet an heißen Tagen einen kühlen Zufluchtsort, sodass sich hitzelastete Menschen abkühlen können.
- Die Information und Beratung zu hitzekritischen Arzneimitteln erfolgt nach der Heidelberger Hitze-Tabelle für Patientinnen und Patienten und medizinisches Fachpersonal.



### Fazit

Die Offizin bietet sich als niederschwelliger Ort zur hitzesensiblen Beratung an. Das pharmazeutische Personal kann die Menschen zu ihren Erkrankungen, Medikamenten oder generell zum Risikofaktor Hitze, mit besonderem Fokus auf die vulnerablen Gruppen, aufklären und auch sich selbst schützen.

#### Autoren:

*Esther Luhmann und  
Patrick Neumann von  
den Pharmacists  
for Future (Ph4F)*



#### Quellen:

- <https://www.deutscher-apotheker-verlag.de/Die-nachhaltige-Apotheke/9783769278095>
- [https://dosing.de/Hitze/Medikamentenmanagement\\_be\\_Hitzewellen.pdf](https://dosing.de/Hitze/Medikamentenmanagement_be_Hitzewellen.pdf)