

## Stellungnahme

### Spezifische Hitzeschutzmaßnahmen für psychisch Erkrankte erforderlich

Anlässlich des Hitzeaktionstages am 5. Juni 2024 möchte die Psychotherapeutenkammer Berlin auf die Gefährdung psychisch Erkrankter durch große Hitze aufmerksam machen.

Mit der stetigen Zunahme von Emissionen Jahr für Jahr und dem dadurch ausgelösten Treibhauseffekt kommt es weltweit und auch in Berlin zu immer extremeren Hitzeperioden. Die starke Hitze schädigt nicht nur das Stadtgrün und die städtische Infrastruktur, sondern auch die körperliche und psychische Gesundheit der Berliner Bürger\*innen. Großer Hitze ausgesetzt zu sein, führt zu der sogenannten „Hitzeerkrankung“, welche für besonders gefährdete Menschen, wie Hochbetagte, Kleinkinder, chronisch Erkrankte und eben auch psychisch Erkrankte sehr belastend bis tödlich sein kann. Berlin bietet als dicht bebaute Großstadt besonders viele Orte, in denen sich Hitze stauen kann und besonders wenige Orte, die Abkühlung zulassen.

Große Hitze führt jedoch auch zu weiteren Belastungen des psychischen Wohlbefindens. Studien zeigen, dass während Hitzeperioden die Inanspruchnahme psychiatrischer Notdienste, die Häufigkeit von Suiziden sowie die Risiken für das Neuauftreten oder die Symptomverschlechterung von Stimmungs- und Angststörungen sowie psychotischen und demenziellen Erkrankungen in der Bevölkerung steigen. Hitze erhöht darüber hinaus die zwischenmenschliche Aggression in Form von gereiztem bis hin zu gewalttätigem Verhalten, da die Ressourcen für Aufmerksamkeit und Selbstkontrolle durch den Stress, den große Hitze auslöst, abnehmen.

Obwohl große Hitze sehr gesundheits- bis lebensgefährdend ist, wird dieses Risiko bisher weder in der Allgemeinbevölkerung noch bei denjenigen, die im Gesundheits- und Pflegesektor mit den vulnerablen Gruppen arbeiten, ausreichend berücksichtigt. Mittlerweile gibt es Musterhitzeschutzpläne, auch angepasst für spezifische Einrichtungen. Doch hinkt die Umsetzung hinterher. Und viele Menschen, die aufgrund ihrer Lebenssituation als besonders gefährdet gelten, wissen nicht einmal davon, dass Informationen zum Hitzeschutz besonders für sie gedacht sind.

Dies trifft insbesondere auf psychisch Erkrankte zu, die ggf. Medikamente einnehmen, deren Dosierung an die Hitzebedingungen angepasst werden müsste, oder die eine eingeschränkte Körperwahrnehmung haben, die dazu führt, dass sie sich nicht ausreichend auf die Hitze einstellen. Hier ist eine besonders zugeschnittene Kommunikation notwendig, um sowohl die Betroffenen als auch ihre Behandler\*innen und Pflegepersonen aufzuklären.

Um psychisch Erkrankte vor den Folgen großer Hitze zu schützen, sollten zwei Stränge verfolgt werden:

1. Psychisch Erkrankte sollten dezidiert als vulnerable Gruppe in die öffentliche Kommunikation zum Hitzeschutz aufgenommen werden.
2. Ihre Behandler\*innen und Bezugspersonen, wie Hausarzt\*innen, Psychiater\*innen, Psychotherapeut\*innen, das Pflegepersonal und auch Angehörige sollten für die besonderen Risiken dieser Patient\*innengruppe sensibilisiert werden.

Neben der Wichtigkeit, Hitzeschutzmaßnahmen umzusetzen und die Bevölkerung ausreichend über die richtigen Verhaltensweisen aufzuklären, müssen zudem alle notwendigen Maßnahmen zur



Eindämmung der Klimakrise eingeleitet und umgesetzt werden. Dazu gehört besonders die Reduktion von Emissionen im Bereich Bau und Wärme (Dämmung, klimaneutrales Heizen) und die Reduktion des Individual-Autoverkehrs in der Innenstadt bei gleichzeitigem Ausbau des ÖPNV und der Erhalt und die Neuschaffung von Grünflächen in der Stadt, wie bspw. dem Erhalt des Tempelhofer Feldes.

**Quelle:**

Thompson, Rhiannon et al.: Ambient temperature and mental health: a systematic review and meta-analysis. In: The Lancet Planetary Health, Volume 7, Issue 7, e580 - e589  
[https://www.thelancet.com/journals/lanplh/article/PIIS2542-5196\(23\)00104-3/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanplh/article/PIIS2542-5196(23)00104-3/fulltext)