

Hitteplan voor kwetsbare patiënten

Versie: april 2022

Inleiding

Zodra de zomer aantreedt is er kans op lange periodes van hete dagen. In steden is deze stijging van de temperatuur meer dan op het platteland. De temperatuur in de stad kan 4 tot 7 graden hoger zijn dan op het platteland. Met name de nachten blijven over het algemeen warmer tijdens warme perioden.

De warmte die in de stad blijft hangen kan gezondheidsklachten veroorzaken zoals vermoeidheid, concentratieverlies, hoofdpijn en huidklachten. Als er sprake is van langdurige warmte en hitte is er risico op uitdroging met als gevolg meer ziekenhuisopnames en zelfs overlijden.

Aanvullende achtergrond informatie over hittestress staat in een ander document op de HUS website onder het kopje duurzaamheid.

Advies werkgroep om hitteplan vanuit de huisartsenpraktijk op te pakken

Het Nationaal Hitteplan van RIVM is een zeer algemeen advies voor de gehele bevolking van Nederland. Provincies, gemeenten, het RIVM, GGD's, het Rode Kruis en andere organisaties zijn betrokken bij het verspreiden van informatie over hitte. Zij zijn op zoek naar methoden om de meest kwetsbare mensen te bereiken en te zorgen dat deze mensen ook de juiste maatregelen nemen. Wat lijkt te ontbreken is de verbinding van de 'volksgezondheid' en de uitvoerende organisaties zoals thuiszorgorganisaties en huisartsenpraktijken. Wij zijn als werkgroep duurzaamheid in de stad Utrecht deze verbinding aan het zoeken.

De werkgroep is van mening dat wij als huisartsenpraktijk ook een belangrijke rol kunnen vervullen in het juist uitvoeren van het Nationaal Hitteplan als deze van kracht is. Wij kennen onze kwetsbare patiënten en hebben vaak al een structuur van thuiszorg, mantelzorgers en andere professionals om deze patiënten heen.

Als we zorgen dat we met deze professionals de juiste handelingen verrichten kunnen we hiermee opnames en overlijdens door hittestress voorkomen.

Over dit hitteplan

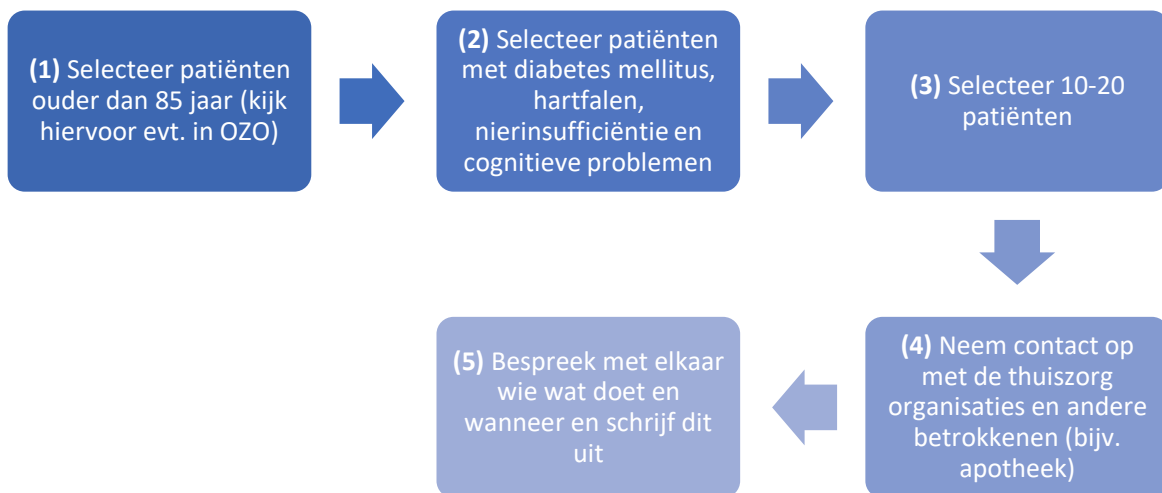
Dit hitteplan bestaat uit twee delen:

1. Opstellen van het hitteplan: eenmalige stappen voor opstellen van een hitteplan voor kwetsbare patiënten;
2. Uitvoeren van het hitteplan: stappen bij het uitvoeren van het hitteplan als er langdurige hitte optreedt.

Deel 1: opstellen van het hitteplan

Enmalige stappen voor opstellen van een hitteplan voor kwetsbare patiënten

In aanvulling op het Nationale Hitteplan van het RIVM besteden we bij HUS aandacht aan de rol van de huisarts in geval van hitte. Hiervoor is een eenmalig stappenplan opgesteld om kwetsbare patiënten inzichtelijk te krijgen en van een (persoonlijk) hitteplan te voorzien, dit in samenwerking met andere zorgverleners van de patiënt. Het stappenplan bestaat uit vijf stappen.



Het eenmalige stappenplan

- Stap 1:** Selecteer patiënten ouder dan 85 jaar.
Tip: kijk in OZO welke ouderen daar geregistreerd staan.
- Stap 2:** Selecteer van deze ouderen de patiënten met diabetes mellitus, hartfalen, nierinsufficiëntie en cognitieve problemen.
- Stap 3:** Selecteer hieruit 10 tot 20 patiënten om met het hitteplan mee aan de slag te gaan.
- Stap 4:** Plan een verkennend overleg in met thuiszorgorganisaties, eventueel de apotheek en andere organisaties waar jullie praktijk mee samenwerkt.
- Hebben deze organisaties al een hitteplan?
 - Welke stappen worden ondernomen bij hitte?
 - Wat zijn de aandachtspunten? Waar moet je op letten?
 - Hoe kan de samenwerking voor een hitteplan tussen deze partijen verlopen?
- Stap 5:** Bespreek met elkaar wie wat doet bij hitte en wanneer en schrijf dit uit.
- Is er een plan nodig per patiënt of voldoen algemene afspraken?
 - Wie geeft een signaal af als er iets niet goed gaat bij de patiënt?
 - Welke afspraken kunnen jullie maken? Wie zorgt er bijvoorbeeld voor dat de patiënt genoeg drinkt?
 - Welke rol heeft elke partij in het hitteplan?

Het format 'Checklist bij hitte' in de bijlage kan als voorbeeld dienen om afspraken te noteren.

Extra informatie voor de huisarts

Voor de huisarts is het belangrijk dat er aandacht is voor het aanpassen van medicatie. Bepaalde medicijnen zorgen ervoor dat het lichaam uitdroging minder goed kan opvangen doordat de water- en zoutbalans uit balans raakt. Signalen hiervan zijn minder plassen, donkere plas, veel dorst, duizeligheid en sufheid.

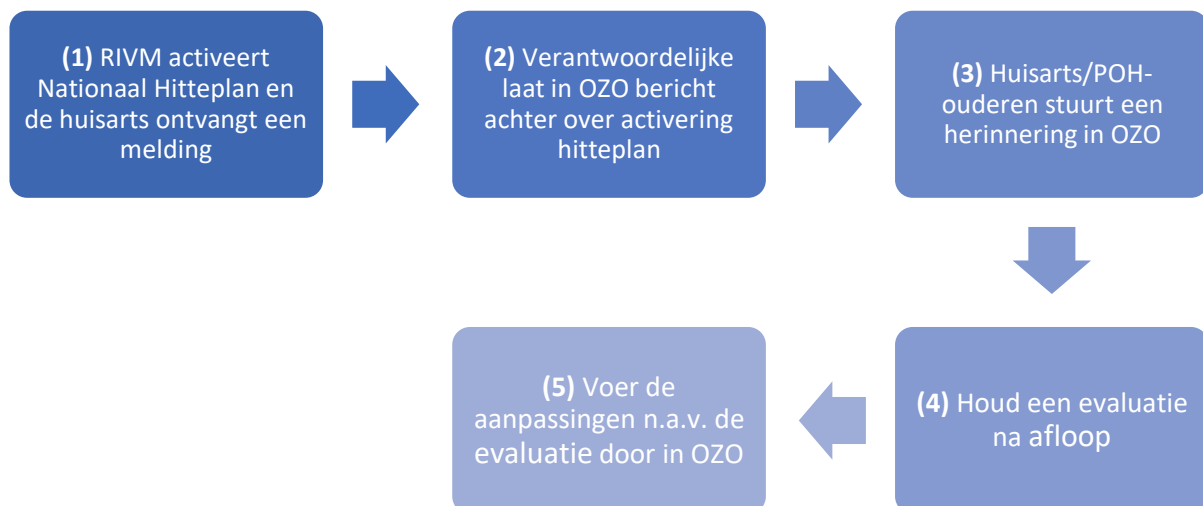
Welke medicijnen gaat het om?

- Medicijnen tegen hartproblemen of hoge bloeddruk, bijv. plaspillen.
- Medicijnen tegen ontlastingsproblemen, zoals laxeremiddelen.
- Medicijnen tegen hersen- of psychische aandoeningen, bijvoorbeeld medicijnen tegen de ziekte van Parkinson of psychoses. Deze medicijnen kunnen ervoor zorgen dat je minder zweet.
- Gebruik geen ontstekingsremmende pijnstillers zoals diclofenac, naproxen en ibuprofen.

Deel 2: uitvoering van het hitteplan

Stappen bij het uitvoeren van het hitteplan als er langdurige hitte optreedt

Als er in de zomer sprake is van langdurige hitte waarbij het persoonlijk hitteplan geactiveerd moet worden dan helpen onderstaande stappen bij de uitvoering ervan. Dit is een aanvulling op het Nationaal Hitteplan van het RIVM.



Stap 1

De GGD stuurt een email uit dat het Nationale Hitteplan van het RIVM van kracht gaat. Schrijf je in bij de GGD zodat jouw praktijk deze melding ontvangt. Deel deze melding met collega's in de praktijk en andere organisaties waar mee wordt samengewerkt.

Bespreek in de praktijk op welke manier deze mail ontvangen en verwerkt wordt (hoe komt de mail bij de juiste personen?)

- Stap 2** De verantwoordelijke laat in bijv. OZO een bericht achter dat het hitteplan voor de patiënt van start gaat.
- Vermeld daarin wat dit betekent voor de patiënt, mantelzorg, thuiszorg, etc. en welke acties nu in werking gaan treden. Deze acties zijn uitgewerkt in het eenmalige stappenplan dat in deel 1 hierboven wordt beschreven.
- Stap 3** Uitvoering van het plan bij hitte. Houd goed contact met elkaar via OZO of een ander medium.
- Stap 4** Na afloop van de hitteperiode is het handig om een korte evaluatie te doen met de patiënt, mantelzorg, thuiszorg, etc. Spreek goed af wie dit organiseert.
- Wat ging er goed?
 - Wat kan er beter?
 - Hoe was de samenwerking?
 - Was iedereen goed te bereiken?
- Stap 5** Pas de wijzigingen naar aanleiding van de evaluatie aan (in OZO) zodat dit het volgende jaar meegenomen kan worden als het hitteplan weer van start gaat.

Bijlagen

Voorbeeld: checklist bij hitte

Deze checklist is een voorbeeld en kan helpen om het gesprek met thuiszorg organisaties en andere betrokken aan te gaan.

Ja/Nee	Actie	Door wie	Wanneer
<input type="checkbox"/>	Voldoende water drinken		
<input type="checkbox"/>	Vochtlijst bijhouden		
<input type="checkbox"/>	Verkoeling aanbrengen		
<input type="checkbox"/>	Medicijnen aanpassen		
<input type="checkbox"/>	Luchtige kleding		
<input type="checkbox"/>	Huis ventileren		
<input type="checkbox"/>	Signaleren als het niet goed gaat		
<input type="checkbox"/>	Etc.		
<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/>			

Probleem dat kan optreden	Maatregel om probleem te voorkomen	Specifieke actie	Actiehouder	Monitoring door
Uitdroging door minder dorst	1,2 – 2 liter water drinken per dag	Bidon 3x per dag klaar zetten	Thuiszorg	
		2x per dag soep eten	Mantelzorg	
		Vochtlijst bijhouden	Thuiszorg	
Uitdroging door plaspil	Plaspil halveren	Akkoord pil halveren	Huisarts	
		Pil halveren en klaar leggen	Thuiszorg	
Oververhitting	Verkoeling aanbrengen	Voetenbad 1x per dag		
		Luchtige kleding aantrekken		
		Beddengoed		
		Huis goed ventileren		
Etc.	Etc.	Etc.	Etc.	

Voorbeeld: uitgebreide checklist bij hitte