



↑ Eikenlaan 34
9697 RW Blijham
☎ Tel.: (0597) 56 55 00

Protocol Hitteplan : Richtlijnen

Titel	Hitteplan (bron VWS)
Auteur/Proceseigenaar	Sector manager Facilitair/Manager kwaliteitszorg
Status	Vastgestelde versie
Evaluatie of Update	Juni 2020
Zoekcriteria	Hitte, richtlijnen, preventie , behandeling
Aangepast	Oktober 2016/ ingezien juni 2018

Uitvoering Nationaal Hitteplan:

Definitie van een periode met aanhoudende hitte:

Het criterium voor aanhoudende hitte is een verwachting/de kans van een **periode van vier of meer dagen boven de 27 graden Celsius.**

- Er moet voor gezorgd worden dat bewoners minstens 2 liter vocht per dag innemen. Het is belangrijk dat zij daarbij goed verspreid over de dag drinken en dat drinken steeds makkelijk beschikbaar is. Indien nodig, moet daarbij door het verzorgend personeel hulp geboden kunnen worden. Het is daarbij belangrijk om ook gebruik te maken van minerale dranken (inclusief bouillon), verse fruitsappen, tomatensap, melk of sportdranken. Alcoholhoudende moeten vermeden worden. Ook moet niet gewacht worden totdat er een dorstgevoel optreedt! Als de oudere minder plast dan normaal of als de urine donkerder wordt, moet hij/zij meer drinken. Het bijhouden van een vochtbalans kan een goed hulpmiddel zijn;
- Het is belangrijk dat bewoners goed, gezond en regelmatig eten. Extra groenten en fruit zijn aan te bevelen omdat deze veel water bevatten en een bron zijn van vitamines en zouten. Dat er in de Blanckenborg zorgvuldig omgegaan moet worden met etenswaren staat buiten kijf;
- Bewoners dragen in perioden van hitte luchtige, lichtgekleurde kleding (liefst van katoen, linnen of andere natuurlijk vezels). De verzorging moet hier extra op letten. Gaan bewoners naar buiten in de volle zon, dan moet hun hoofd bedekt worden met een zonnehoed of pet. De onbedekte huid moet bovendien worden ingesmeerd met een zonnebrandmiddel met hoge beschermingsfactor. Allemaal essentiële zaken; zeker omdat ouderen, die in instellingen verblijven, vaak nauwelijks buiten komen; (Mocht bovenstaande bij de bewoner niet aanwezig zijn, kan dit worden verstrekt bij de receptie).
- Verder is het belangrijk om alleen 's morgens naar buiten te gaan en moet vermeden worden dat men buiten is als het erg warm is, in de regel tussen 12 en 16 uur. Het opzoeken van schaduwrijke plaatsen is aan te bevelen. Het is bovendien aan te bevelen om steeds een fles water mee te nemen naar buiten. Het regelmatig natmaken van gezicht, hals en polsen met een koud, nat washandje of door gebruik te maken van een ijszak of plantenspuit én ook het gebruik maken van voetenbadjes kan voor extra verkoeling zorgen;
- Aandacht voor de lichamelijke verzorging is belangrijk, evenals het regelmatig douchen van bewoners. Daarbij moeten sterke temperatuurwisselingen voorkomen worden. Een juiste planning hiervan door de verzorging is essentieel. Niet in de laatste plaats voor henzelf, omdat het op hete dagen geen sinecure is om meerdere bewoners achter elkaar te douchen;
- Het regelmatig nat maken van gezicht, hals en polsen kan voor verkoeling zorgen
- Tijdens perioden van aanhoudende hitte moet overdag overmatige inspanning vermeden worden en voldoende rust in acht genomen worden; zeker tussen 12 en 16 uur. Een siësta houden is een goede optie. Therapiefrequenties moeten worden aangepast;

- De slaapkamers moeten 's nachts goed geventileerd worden (zonder dat het tocht) en er moet gekozen worden voor luchtige bedbedekking;
- De medewerkers van de receptie dragen er zorg voor dat bij meer dan 25 graden 's ochtends tijdig het zonnescherm naar beneden wordt gedaan en vergrendeld. In de weekenden wordt dit verzorgd door de coördinerend verpleegkundige.
- Indien de cliënt medicatie gebruikt (waaronder diuretica (plasmedicatie), laxantia en psychofarmaca) is het zinvol om anticiperend met de specialist Ouderengeneeskunde/ Verpleegkundige specialist (voor bewoners van het verpleeghuis) contact op te nemen om eventuele tijdelijke aanpassingen in het gebruik door te voeren.
- De specialist ouderengeneeskunde/ verpleegkundige specialist kunnen ook extra adviseren over te nemen maatregelen voor bewoners met bepaalde aandoeningen en/of een hoog risico op uitdroging. Tijdig overleg vooraf moet hier dus altijd plaatsvinden!;
- Het staat buiten kijf dat bewoners die extra risico lopen zijn, gedurende deze perioden, in afstemming met de arts goed gevolgd moeten worden. Indien zich toch gezondheidsproblemen voordoen, moet de arts ingeschakeld worden.
- Maak efficiënt gebruik van (gemeenschappelijke) ruimten waar temperatuur/ klimaatbeheersing realiseerbaar is
- Schakel ook de mantelzorger in om bijvoorbeeld hun naasten te helpen met extra drinken.
- **Ook het personeel van het verpleeghuis moet in perioden van langdurige hitte goed op zichzelf letten (denk aan kleding en lichamelijke verzorging), verstandig met inspanningen omgaan en ook voldoende drinken. Het werktempo en de werkplanning moeten waar nodig aangepast worden, waarbij ook rustmomenten gerespecteerd moeten worden. Drinken en chips moeten ook voor de medewerkers voortdurend beschikbaar zijn.**

Extra verstrekkingen bij warm weer.

'de Blanckenborg' biedt de bewoners extra vocht aan wanneer de temperatuur buiten 25 graden of meer is. Vanuit de voedingsdienst wordt dit gecommuniceerd.

Deze extra verstrekkingen bestaan uit:

- Naast de normale koffie-/theerondes wordt er tevens ranja en bouillon en zakjes chips aangeboden.
- De bewoners die hulp nodig hebben of "vergeten" te drinken, krijgen ieder uur extra drinken aangeboden.
- Wanneer een bewoner geen warme maaltijd wil, worden er alternatieven aangeboden. Hierbij kan gedacht worden aan:
 - Vla of yoghurt
 - Brood
 - Slaatje
 - Chips

- Bewoners die “slecht” drinken of eten wordt met name gekeken wat men lekker vindt, zodat dit aangeboden kan worden. Hierbij kan gedacht worden aan:
 - o Karnemelk
 - o Yoghurt drank
 - o Vruchtensap
 - o Etc.
- In de gemeenschappelijke ruimtes worden kannen met koud drinken op tafel gezet. De gemeenschappelijke ruimtes zijn:
 - o De huiskamer op de 2^{de} etage.
 - o De huiskamer op de 1^{ste} etage.
 - o Blijborgje op de begane grond.
 - o De Klapproos
 - o De Berk
 - o De Krokus
 - o De Tulp
 - o De Roos
 - o De Wilp
 - o De recreatiezaal op de begane grond. Doe & eetcafe
 - o De plaatsen waar bewoners buiten zitten (bij hoofdentree, balkon, terras Doe & Eetcafé, etc.)

Richtlijnen Ventileren - Corona:

Ventilatierooster (waar aanwezig) moeten altijd open staan

Mobiele en vaste airconditioning

- Alle airco's (zowel vast als mobiel) mogen **alléén** gebruikt worden als de ramen ook openstaan zodat er goed geventileerd worden
- Bij de mobiele airco volstaat het raam open op kantelstand

Ventilatoren

- Ventilatoren mogen **niet** gebruikt worden in ruimtes met meer dan 1 persoon.
- Op het appartement van de bewoner mag de ventilator **wel** gebruikt worden, mits er een raam open is. Bij meer dan 1 persoon bijv. tijdens de zorg of tijdens bezoek moet de ventilator uit.
- **Geen** ventilatoren gebruiken op de gang, algemene ruimtes en receptie.