



## Kantonaler Hitzeschutzplan

### VADEMECUM für Betreuungsstrukturen für Kinder im Schulalter (schulergänzende Betreuung, Schulen, Ferienlager, usw.)

Dieses Dokument soll Betreuungsstrukturen für Kinder im Schulalter als roter Faden für die Erarbeitung und Umsetzung eines Präventionsplans für Hitzetage dienen. Es liefert Beispiele für bewährte Praktiken sowie Orientierungspunkte und ist **nicht verpflichtend**.

Kinder sind bei Hitze besonders gefährdet und erfordern besondere Aufmerksamkeit. Bei hohen Temperaturen sind Kinder sehr anfällig für Dehydrierungsrisiken und Hitzschläge, da ihr System zur Thermoregulation des Körpers noch nicht voll entwickelt ist und weil sie ohne Hilfe von aussen keinen Zugang zu angemessener Wasserzufuhr haben und/oder weniger auf Durstgefühle achten. Mithilfe der folgenden Informationen kann die Betreuung von Kindern in der Hitzesaison so gut wie möglich gewährleistet werden:

#### VOR DEM SOMMER

- ✓ Funktionstüchtigkeit der Storen, Fensterläden, der Kühl- oder Klimaanlage (falls vorhanden) überprüfen oder die Möglichkeit der Installation einer solchen Anlage (auch vorübergehend) prüfen, falls die Räumlichkeiten dazu tendieren, im Sommer stark zu überhitzen. Für architektonische Anpassungen Kontakt mit dem Eigentümer aufnehmen.
- ✓ sicherstellen, dass das zum Schutz der Kinder vor Hitze notwendige Material vorhanden ist: Sprühflaschen, Ventilatoren (diese Geräte führen nur zu mehr Abkühlung, wenn die Haut feucht ist, reduzieren das Dehydrierungsrisiko jedoch nicht) und Fieberthermometer (kein Stirnthermometer), um mögliches Fieber zu erkennen
- ✓ wenn einige Kinder bestimmte gesundheitliche Probleme haben und/oder bestimmte Medikamente einnehmen, die Eltern darüber informieren, dass sie sich beim Hausarzt oder Apotheker über mögliche Vorsichtsmassnahmen erkundigen sollten, darunter zur Dosierung oder Aufbewahrung der Medikamente
- ✓ Fachpersonen, die mit Kleinkindern im Kontakt sind, für Hitzersiken, die Erkennung von möglichen Symptomen und die zu ergreifenden Massnahmen sensibilisieren
- ✓ bei der Leitung der Einrichtung nachfragen, ob es spezifische interne Richtlinien gibt, die bei Hitze anzuwenden sind

Während des Sommers ist das Personal aufgefordert, regelmässig die Wettervorhersage abzurufen, um die bei eintretender Hitze umzusetzenden Massnahmen und Vorkehrungen voranzuplanen.



## BEI ANKÜNDIGUNG EINER HITZEPERIODE UND WÄHREND DER HITZEPERIODE

- ✓ **In Innenräumen:**
  - tagsüber Fenster, Fensterläden und Storen schliessen/herunterlassen
  - lüften und am frühen Morgen, abends oder nachts für Durchzug sorgen
  - dafür sorgen, dass sich die Kinder im kühlestem Raum aufhalten (falls es einen solchen Raum gibt und es möglich ist)
  - beurteilen, ob es sinnvoll wäre, eine Aktivität an einem kühleren Ort zu organisieren (im Wald, an einem schattigen Ort usw.), wenn die Bedingungen im Gebäude aufgrund der hohen Temperatur in den Räumlichkeiten kaum auszuhalten sind
  - körperliche Betätigung je nach Art der Bewegung und Temperatur der Sporthalle anpassen oder absagen
- ✓ **Im Freien:**
  - Aufenthalte im Freien eher am frühen Morgen, weil die Luft kühler und weniger verschmutzt ist
  - wenn nötig und möglich, Strecke und/oder Ziel des Ausflugs ändern
  - Eltern für die angemessene Bekleidung der Kinder sensibilisieren (lockere, leichte und helle Kleidung, Hut mit breiter Krempe und Sonnenbrille)
  - Eltern daran erinnern, den Kindern genug zu trinken zu geben (am besten Wasser) und vorzugsweise kalte Gerichte mit hohem Wassergehalt zuzubereiten
  - Sonnencreme (Schutzfaktor 50) auf unbedeckte Körperteile auftragen, soweit möglich im Schatten bleiben
  - Anstrengung reduzieren und vorzugsweise ruhigen Aktivitäten nachgehen
  - je nach Art der Bewegung beurteilen, ob es sinnvoll ist, eine geplante körperliche Aktivität durchzuführen oder abzusagen
- ✓ **Es dem Kind ermöglichen, sich regelmässig abzukühlen**
  - durch Befeuchtung von Gesicht und Körper mit Wasser (nasses Tuch, Sprühflasche usw.)
  - durch das Verbringen mehrerer Stunden an einem kühlen Ort
- ✓ **Ausreichende Flüssigkeitszufuhr gewährleisten**
  - den Kindern regelmässig Trinkwasser anbieten, ohne abzuwarten, dass sie ein Durstgefühl verspüren
- ✓ **Leichte Kost bevorzugen**
  - Mahlzeiten mit hohem Wassergehalt wählen (Obst und Gemüse)
  - auf die Aufbewahrungsbedingungen von Lebensmitteln und die Einhaltung der Kühlkette achten, um Lebensmittelvergiftungen zu vermeiden



## Warnzeichen erkennen können und wissen, wie man reagiert

Achten Sie auf die folgenden Symptome:

- erhöhte Körpertemperatur ( $\geq 38^{\circ}\text{C}$ )
- Erbrechen
- Durchfall
- Reizbarkeit
- trockener Mund, trockene Lippen und Augen
- Schläfrigkeit und Kraftlosigkeit
- dunkles oder ausbleibendes Urin

Bei besorgniserregendem Gesundheitszustand kontaktieren Sie den Hausarzt oder nutzen Sie die auf der Website [www.vs.ch/notfall](http://www.vs.ch/notfall) aufgeführten Telefonnummern.

### DER HITZSCHLAG IST EIN LEBENSBEDROHLICHER NOTFALL

Wenn das Kind eine erhöhte Körpertemperatur hat, verwirrt oder bewusstlos ist und es nicht möglich ist, es zum Trinken zu bewegen, rufen Sie den Notruf 144.

Während Sie auf den Rettungsdienst warten, kühlen sie das Kind unverzüglich ab:

- indem Sie es an einen kühleren Ort bringen;.
- indem Sie feuchte, kühle Umschläge auf Kopf, Gesicht, Hals und Achseln des Kindes und auf dem restlichen Körper kaltes Wasser anwenden;
- indem Sie ihm so gut wie möglich Luft zufächeln.



## **EMPFEHLUNGEN ZUR VERÜBERGEHENDEN NUTZUNG VON KLIMAAANLAGEN**

Klimatisierung kann eine angemessene Präventionsmassnahme sein, wenn es unmöglich ist, auf anderem Wege zu verhindern, dass Hitze über die Fenster eindringt.

Es sind jedoch Sicherheitsvorkehrungen zu treffen, damit diese Massnahme nicht zu anderen Problemen führt. Neben dem hohen Energieverbrauch, der zur Erderwärmung und damit zum Anstieg der Temperaturen beiträgt, kann Klimatisierung auch eine Reihe gesundheitlicher Folgen haben:

- Eine zu hohe Temperaturdifferenz beim Übergang von einem nicht klimatisierten Raum in einen klimatisierten Raum führt zu einem Kältegefühl, das die Entwicklung möglicher ansteckender viraler oder bakterieller Atemwegserkrankungen hervorrufen kann.
- Klimatisierung kann zu Irritationen der Haut und der Schleimhäute der Augen und Atemwege führen, was mit der Staubentwicklung bei schlecht instandgehaltenen Geräten oder Anlagen zusammenhängt.
- Sie kann zu Lärmbelastung führen (im Raum, aber auch draussen) und die Personen im Raum stören, wenn sie über längere Zeit kühler und trockener Luft ausgesetzt sind.
- In selteneren Fällen kann es aufgrund des schlechten Unterhalts der Anlagen zu allergischen Reaktionen kommen.
- Im Übrigen können bestimmte Klimaanlageanlagen (zentralisierte Anlagen, die Wasserdampf ausstossen) ein Legionellose-Risiko hervorrufen, das mit der mangelnden Instandhaltung der Kühltürme, falls vorhanden, zusammenhängt.

Wenn die Nutzung der Klimaanlage unabdingbar ist, weil keine anderen Massnahmen in Betracht kommen, sind vom Personal der Einrichtung vor allem folgende Sicherheitsvorkehrungen zu treffen:

- sich durch eine Fachperson in Bezug auf die Wahl eines Geräts, das der Raumgrösse angemessen ist, und in Bezug auf die Installation beraten lassen
- sicherstellen, dass das Gerät richtig funktioniert und gewartet wird regelmässig die Filter wechseln
- Temperaturschocks beim Betreten eines klimatisierten Raums vermeiden
- Die Verwendung der Klimaanlage sollte zeitlich beschränkt sein. Es wird empfohlen, sie nur so lange einzuschalten, wie es nötig ist, um den Raum abzukühlen, idealerweise, bevor die Kinder den Raum betreten.
- den Raum trotzdem lüften (durch Klimaanlageanlagen gelangt keine neue Luft in den Raum und die Luft wird nicht erneuert)