

CHRONISCHE ERKRANKUNGEN, DIE DIE HITZEANFÄLLIGKEIT ERHÖHEN

ALCUNE PATOLOGIE CRONICHE AUMENTANO IL RISCHIO DI EFFETTI AVVERSI DEL CALDO SIA NELLA POPOLAZIONE GENERALE CHE NEI LAVORATORI

Schilddrüsenerkrankungen

Schilddrüsenhormone veranlassen die Freisetzung von Wärme aus den Zellen

Übergewicht

Bei übergewichtigen Personen erhöht sich die erforderliche Herzleistung für die Tätigkeit in heißen Umgebungen

Asthma und chronische Bronchitis

Hitze kann zu einer Verengung der Bronchien und zu Asthmaanfällen führen, insbesondere bei hoher Luftfeuchtigkeit

Diabetes

- Beeinträchtigt die Wärmeabgabe infolge einer verminderten Gefäßerweiterung in der Hitze durch eine insgesamt veränderte Reaktivität der Mikrozirkulation, ein Zustand, der durch eine mögliche periphere Neuropathie verschärft wird, die die Aktivierung der Thermoregulationsmechanismen verringert und verlangsamt
- Bei starker körperlicher Anstrengung kann der Blutzuckerspiegel sinken



Psychische Störungen und neurologische Erkrankungen

Sie können zu einer veränderten Wahrnehmung der mit Hitze verbundenen Risiken und damit zu unangemessenem Verhalten führen

Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Erkrankungen dieser Art erschweren die Erhöhung der Herzleistung, die einerseits zur Wärmeabgabe durch verstärkte Durchblutung der peripheren Bezirke und andererseits zur Erhöhung der Durchblutung der an der Anstrengung beteiligten Muskelgruppen erforderlich ist, insbesondere bei stoffwechselintensiven Tätigkeiten

Nierenerkrankungen

- Bei Personen mit einer Niereninsuffizienz oder Dialyse wird in der Literatur häufig über einen Zusammenhang mit Bluthochdruck und anderen Herz-Kreislauf-Erkrankungen berichtet, wobei ein erhöhtes Risiko für hitzebedingte Blutdruckschwankungen besteht.
- Flüssigkeitsmangel kann Nierenversagen verschlimmern



Medikamente zur Behandlung dieser Erkrankungen können das Risiko hitzebedingter Beschwerden erhöhen, ebenso wie andere Medikamente, darunter:

- Gerinnungshemmende Medikamente
- Krebs-/Chemotherapie-Medikamente

WAS TUN

Personen mit Bluthochdruck und Herz-Kreislauf-Erkrankungen

- Regelmäßig trinken, damit nicht nur die verlorene Flüssigkeit, sondern auch die Mineralsalze reintegriert werden, vor allem bei gleichzeitigen Risiko-faktoren (z.B. Magen-Darm-Infektionen) die das Auftreten von Herzrhythmusstörungen begünstigen können
- Vorsicht vor zu schnellem Aufstehen, um plötzliche Blutdruckschwankungen zu vermeiden
- Überwachen Sie öfters ihren Blutdruck im Sommer und holen Sie sich Rat vom behandelnden Arzt, damit eventuell Ihre Therapie angepasst werden kann
- Wenn Sie unter Bluthochdruck leiden, reduzieren Sie den Salzkonsum

Personen mit Erkrankungen der Atemwege

- Behalten Sie die Therapie für eine Bronchokonstriktion immer bei sich

Personen mit psychischen oder neurologischen Störungen

- Ausreichend trinken und regelmäßige Einnahme der Therapien

Personen mit Nierenerkrankungen

- Den Blutdruck häufiger überwachen
- Trinken Sie ausreichend und ernähren Sie sich gesund, bevorzugen Sie ballaststoffreiche und kliumarme Lebensmittel

Personen mit Diabetes

- Behinderung der Wärmeableitung aufgrund einer verminderten Vasodilatation in der Hitze durch eine insgesamt veränderte Reaktivität der Mikrozirkulation, ein Zustand, der durch eine mögliche periphere Neurtopathie verschärft wird, die die Aktivierung der Thermoregulationsmechanismen verringert und verlangsamt
- Bei starken körperlichen Anstrengung kann der Blutzuckerspiegel sinken

Für alle Arbeitnehmer mit einer chronischen Erkrankung

- Besprechen Sie mit dem zuständigen Arzt und dem behandelnden Arzt das richtige Verhalten im Falle einer Hitzeexposition
- Beachten Sie, dass der Körper sich allmählich an die Hitze anpassen muss
- Erfrischen Sie sich bereits vor Ihrer Schicht und trinken Sie frische Getränke, und schränken Sie den Kaffeekonsum ein, da er die Dehydrierung fördert
- Achten Sie auf eine gesunde und ausgewogene Ernährung, indem Sie ausreichend essen und auf Alkohol verzichten
- Informarsi sulle previsioni degli effetti del caldo sui lavoratori in funzione di vari contesti occupazionali – consultare <https://www.salute.gov.it/portale/caldo/homeCaldo.jsp> e <https://www.workclimate.it/scelta-mappa/>
- Achten Sie auf Symptome wie starkes Schwitzen, Kopfschmerzen, Übelkeit, Krämpfe: alarmieren Sie schnell Kollegen und den Sicherheitsbeauftragten
- Bei einer Verschlechterung der Symptome wenden Sie sich bitte umgehend an die Notrufnummer 112
- Brechen Sie laufende Therapien nicht eigenmächtig ab: Eine auch nur vorübergehende Unterbrechung der Therapie ohne ärztliche Aufsicht kann einen krankhaften Zustand stark verschlimmern.
- Lesen Sie mehr unter: <http://www.salute.gov.it/caldo>

Autoren

Miriam Levi¹, Francesca de' Donato², Manuela De Sario², Emanuele Crocetti³, Andrea Bogi⁴, Iole Pinto⁴, Marco Morabito⁵, Alessandro Messeri⁵ (Meteorologe AMPRO), Alessandro Marinaccio⁶, Simona Del Ferraro⁶, Tiziana Falcone⁶, Vincenzo Molinaro⁶ und Michela Bonafede⁶

1 UFC Epidemiologia, Dipartimento di Prevenzione dell'Azienda USL Toscana Centro

2 Dipartimento di Epidemiologia del Servizio Sanitario Regionale - Regione Lazio

3 UFS CeRIMP, Dipartimento di Prevenzione dell'Azienda USL Toscana Centro

4 Laboratorio di Sanità Pubblica, Laboratorio Agenti Fisici dell'Azienda USL Toscana Sud-Est

5 Istituto per la BioEconomia - Consiglio Nazionale delle Ricerche

6 Dipartimento di Medicina, Epidemiologia, Igiene del lavoro ed ambientale – INAIL

Grafische Gestaltung von Matteo Gramigni (ZonaZero)