

Pressemitteilung

Hitze belastet Psyche und Arbeitsfähigkeit erheblich

BPTK veröffentlicht Informationsflyer über Hitze und psychische Gesundheit

Berlin, 4. Juni 2024: Anlässlich des diesjährigen [bundesweiten Hitzeaktionstages](#) hat die Bundespsychotherapeutenkammer (BPTK) Informationsflyer zum Thema Hitze und psychische Gesundheit für [Psychotherapeut*innen](#) und [Patient*innen](#) veröffentlicht, die in Kooperation mit den Psychologists/Psychotherapists for Future (Psy4F) erstellt wurden. Die Informationsflyer können dabei behilflich sein, Patient*innen mit psychischen Erkrankungen über spezifische Hitzegefahren gezielt aufzuklären und Unterstützungsmöglichkeiten im Rahmen der psychotherapeutischen Tätigkeit aufzuzeigen.

„Hitze belastet die Psyche und Arbeitsfähigkeit erheblich. An heißen Tagen sinkt die Aufmerksamkeit und Leistungsfähigkeit, psychische Symptome verschlimmern sich und es kommt zu vermehrten psychiatrischen Einweisungen“, erklärt Dr. Andrea Benecke, Präsidentin der BPTK. „Menschen mit psychischen Erkrankungen gehören zu den besonders hitzegefährdeten Personen und müssen darüber informiert werden, wie sie ihre psychische Gesundheit an heißen Tagen schützen können.“

„Die Aufklärung über Hitzegefahren ist wichtig und verdeutlicht die Relevanz effektiver Hitze- und Klimaschutzmaßnahmen in allen Lebensbereichen“, sagt Dr. Nikolaus Melcop, Vizepräsident der BPTK. „Hitzeschutzmaßnahmen sind nur ein Baustein zur Eindämmung der Auswirkungen der Klimakrise. Umfassende strukturelle Maßnahmen, die eine weitere Erderwärmung abbremsen helfen, sind auch zur Reduktion klimabedingter Gesundheitsfolgen unverzichtbar“, ergänzt Sabine Maur, Vizepräsidentin der BPTK.

Hitzewellen und die damit einhergehenden Belastungen nehmen im Zuge der Klimakrise zu. Steigende Temperaturen wirken sich nicht nur auf die körperliche, sondern auch auf die psychische Gesundheit aus. Insbesondere bei Menschen mit Schizophrenie, Abhängigkeitserkrankungen, Demenz oder Depressionen sind die Gesundheitsrisiken durch Hitze deutlich erhöht. Durch die Einnahme bestimmter Psychopharmaka kann als Nebenwirkung die Regulation der Körpertemperatur beeinträchtigt werden. Hohe Temperaturen gehen mit erhöhten Suizidraten einher. Hitze mindert darüber

hinaus die kognitive Leistungsfähigkeit und macht impulsives, risikoreiches und aggressives Verhalten wahrscheinlicher.

Der bundesweite Hitzeaktionstag wurde von der Bundesärztekammer und der Deutschen Allianz Klimawandel und Gesundheit e. V. (KLUG) als Bündnis zahlreicher Akteur*innen aus dem Gesundheitssektor initiiert und macht mit einer Vielzahl von Aktionen, Veranstaltungen und Fachsymposien auf die notwendige Vorsorge für extreme Hitzeereignisse aufmerksam. Die BPTK unterstützt als beteiligte Organisation die politischen Kernforderungen des Bündnisses für ein hitzeresilientes Deutschland.

Weiterführende Links

- **Informationsflyer für Psychotherapeut*innen**
https://api.bptk.de/uploads/B_Pt_K_Hitzeschutzflyer_Psychotherapeut_Innen_1022524d57.pdf
- **Informationsflyer für Patient*innen**
https://api.bptk.de/uploads/B_Pt_K_Hitzeschutzflyer_Patient_Innen_34fbef78fe.pdf
- **Hitzeaktionstag am 5. Juni 2024**
<https://hitzeaktionstag.de>
- **Politische Forderungen des Hitzebündnisses**
https://www.bundesaerztekammer.de/fileadmin/user_upload/BAEK/Politik/Programme-Positionen/Hitzeaktionstag_2024_Politische_Forderungen_03.06.2024.pdf

Pressekontakt:

Ulrike Florian

Pressesprecherin

Telefon: 030 278 785 - 21

E-Mail: presse@bptk.de