

Pressemitteilung

Hitze als Risiko für die psychische Gesundheit ernst nehmen

BMG und BPTK veröffentlichen Schutzempfehlungen für psychotherapeutische Praxen

Berlin, 3. Juni 2025: Anlässlich des morgigen Hitzeaktionstags haben das Bundesgesundheitsministerium (BMG) und die Bundespsychotherapeutenkammer (BPTK) eine [Bundesempfehlung für den Hitzeschutz in ambulanten psychotherapeutischen Praxen](#) veröffentlicht. Der darin enthaltene Musterhitzeschutzplan bietet Inhaber*innen einer psychotherapeutischen Praxis eine Orientierung, wie sich Hitzegefahren bei Patient*innen sowie Praxis-Mitarbeitenden während der Sommermonate wirksam reduzieren lassen.

„Extreme Hitze ist nicht nur eine körperliche Belastung, sondern auch ein ernstzunehmendes Risiko für die psychische Gesundheit. Sie verstärkt Stress, Schlafstörungen und psychische Vorerkrankungen“, erklärt Dr. Andrea Benecke, Präsidentin der BPTK. „Mit dem Musterhitzeschutzplan geben wir Psychotherapeut*innen ein praxisnahes Instrument an die Hand, das sie dabei unterstützt, ihre Patient*innen und sich selbst besser zu schützen – und die psychotherapeutische Versorgung auch bei extremen Temperaturen sicherzustellen.“

Die Zahl der Hitzewellen nimmt aufgrund der Klimakrise seit Jahrzehnten zu – mit erheblichen gesundheitlichen Folgen. Studien zeigen, dass in Hitzeperioden psychiatrische Notdienste vermehrt in Anspruch genommen werden und Suizide häufiger auftreten. Bei affektiven und Angststörungen, aber auch bei psychotischen Erkrankungen steigt das Risiko, dass Symptome sich verschlechtern oder neu auftreten.

„Psychotherapeutische Praxen müssen vorbereitet sein, ihre Patient*innen wie auch sich selbst zu schützen“, betont Benecke. „Der Musterhitzeschutzplan zeigt, wie das konkret gelingen kann – mit niedrigschwelligen, alltagstauglichen Maßnahmen. Wichtig ist, dass man bereits vor Eintreten der Hitzewellen hilfreiche Strukturen in den Praxen verankert.“

Die BPTK empfiehlt daher, sowohl beim Personal als auch bei den Patient*innen Risikogruppen zu identifizieren und für diese Personen entsprechende Informationen bereitzuhalten. Für Risikopatient*innen, wie zum Beispiel Patient*innen mit einer schizophrenen, bipolaren, substanzbezogenen oder demenziellen Erkrankung oder auch einer chronischen körperlichen Erkrankung, sollten, falls möglich, beispielsweise Termine auf die frühen Morgen- oder späten Abendstunden verlegt oder Videosprechstunden angeboten werden. Zudem sollten in den Praxen für den Hitzeschutz verantwortliche Personen bestimmt werden.

Der Musterhitzeschutzplan war in seiner ersten Fassung im Jahr 2023 von der BPTK gemeinsam mit der Deutschen Allianz Klimawandel und Gesundheit (KLUG) e.V. und den Psychologists/Psychotherapists for Future e.V. entwickelt worden. Er ist nun aktualisiert und gemeinsam mit dem BMG neu aufgelegt worden.

Bundesempfehlung: Musterhitzeschutzplan für ambulante psychotherapeutische Praxen

https://api.bptk.de/uploads/Bundesempfehlungen_Musterhitzeschutzplan_PT_Praxen_8461a1013d.pdf

Ihre Ansprechpartnerin:

Ulrike Florian

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Telefon: 030. 278 785 - 21

E-Mail: presse@bptk.de