

RIKTLINJE
 RUTIN

Dokumentnamn Riktlinjer vid värmebölja			
Framtagen av: Eva-Karin Stenberg MAS Anja Sönnerstedt, MAS	Gäller from: 20180725	Gemensam med Regionen: <input type="checkbox"/> Ja <input checked="" type="checkbox"/> Nej	Gäller egen regi: <input checked="" type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nej Gäller privat regi: <input checked="" type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nej Gäller intraprenad: <input checked="" type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nej
Uppdaterad 230609			

Riskgrupper

Värmen kan vara farlig för alla, men den som är äldre, kroniskt sjuk eller har en funktionsnedsättning är särskilt utsatt.

Patienter som medicinerar med vätskedrivande läkemedel, antidepressiva eller neuroleptika kan vara ökat känsliga. Dessa läkemedel kan behöva justeras i dos av läkare.

Små barn och gravida är ökat känsliga

Checklista åtgärder

Var uppmärksam på inomhustemperaturen

Risken för hälsoproblem ökar påtagligt om temperaturen når upp till 26 grader eller mer under tre dagar i följd.

Öka vätskeintaget

Vänta inte på törstkänsla utan erbjud patienten att dricka ofta

Inför extra dryckesronder på särskilt boende

Var generös med vätskelistor så att man ser vätskeintaget

Undvik stora mängder söta drycker och alkohol.

Vätskeersättning recept:

- 1 liter vatten
- 6 strukna teskedsmått strösocker (1 teskedsmått = 5 milliliter).
- ½ teskedsmått salt (½ teskedsmått = 2,5 milliliter)

Kokas upp.

Servera gärna vätskerik mat, till exempel grönsaker och frukt.

Personer med funktionsnedsättning kan behöva hjälp att dricka.

Försök ordna en sval miljö

Utnyttja gardiner, persienner och markiser. Försök att vistas på bostadens svalaste plats. Vädra nattetid när det är svalt. Fläktar behövs.

Ordna svalkande åtgärder

En kall dusch är mest effektiv. En blöt handduk runt nacken är ett alternativ. Löst sittande kläder i naturmaterial är svalare än åtsittande syntetkläder.

Minska den fysiska aktiviteten

Framför allt under dygnets varmaste timmar.

Var extra uppmärksam vid tecken på värmepåverkan

Varningssignaler kan vara förhöjd kroppstemperatur, puls, och andningsfrekvens, samt nytillkommen yrsel och onormal trötthet. Muntorrhet och minskad urinmängd kan vara tecken på vätskebrist.

Ansvarsfördelning**MAS**

- Att riktlinjer finns
- Information ut till verksamhet

Kommunsjuksköterska

- Ansvarar för information till omsorgspersonal om individuella åtgärder/ patient. Tex patienter med riskläkemedel.
- Tar emot rapport från omsorgspersonal och ger råd utifrån symtom och situation
- Informerar personal om de tecken på uttorkning som finns som: liten urinproduktion eller koncentrerad urin, förhöjd puls och andningsfrekvens samt kroppstemperatur, yrsel, onormal trötthet, muntorrhet.
- Ansvarar för medicinska ställningstagande och kontakt med läkare
- Ordinerar vätskelista

Enhetschef

- Att dagligen ha en dialog med personal om värmen och aktuella frågeställningar i samband med detta.
- Ansvarar för att dagligen informera personal om vikten av extra dryck och svalkande åtgärder enligt checklista
- Att personalen hinner med de extra åtgärder som värmen innebär
- Att omprioritera arbete utifrån värmerelaterade behov. Tex kan en svalkande dusch erbjudas då kund avsäger sig insats såsom städ eller promenad

Omsorgspersonal

- Att vid varje besök hos patienten ge extra dryck
- Varje patient ska alltid ha dryck som kan nås
- Att observera om patient dricker dåligt. Observera muntorrhet. Rapportera till sjuksköterska.
- Att observera om patient har koncentrerad urin, liten urinproduktion eller inte kissar alls, och rapportera detta och andra symtom till sjuksköterska
- Att arbeta enligt åtgärderna i checklistan