

Nachhaltigkeitskonzept für das Qualitätssiegel Nachhaltige Praxis

Dr. med. Nikolaus Höllen
Kyffhäuserstr. 11
10781 Berlin-Schöneberg

Inhaltsverzeichnis

Inhalt

Inhaltsverzeichnis	2
1 Nachhaltigkeit und Klimaschutz	4
1.1 Einleitung	4
1.1.1 Einbindung des Praxisteams	4
1.2 CO2-Fußabdruck	4
1.2.1 Informationsbasis	4
1.2.2 Jährliche Aktualisierung	5
1.2.3 Klimabilanz	5
1.3 Energiemanagement	5
1.3.1 Ziele	5
1.3.2 Maßnahmen	5
1.3.3 Ergebnisse	6
1.4 Mobilität	6
1.4.1 Praxisteam	6
1.4.2 Patient:innen	6
1.5 Abfallmanagement	7
1.5.1 Abfallvermeidung	7
1.5.2 Wiederverwendung	7
2 Rationale und nachhaltige Pharmakotherapie	8
2.1 Rationale Pharmakotherapie	9
2.1.1 Anwendungsdauer von Arzneimitteln	9
2.1.2 Deprescribing	10
2.1.3 Protonen-Pumpen-Hemmer	10
2.1.4 Antibiotika	10
2.1.5 HbA1c-Wert bei Menschen mit Typ 2 Diabetes	10
2.1.6 Verordnung von Statinen	11
2.2 Umweltbelastende Wirkstoffe und Darreichungsformen	11
3 Klimabezogene Aspekte der Versorgung	11
3.1 Information und Beratung	11
3.1.1 Patienteninformation	11
3.1.2 Lebensstilberatung	11
3.1.3 Beratung von Risikogruppen	12
3.2 Hitzeschutzplan	12

4	Resilienz und Verankerung.....	13
4.1	Governance	13
4.1.1	Verantwortliche Person für Nachhaltigkeit.....	13
4.1.2	Verbindlichkeit der Nachhaltigkeitsziele	13
4.1.3	Internes Qualitätsmanagement	13
4.1.4	Fortbildung	14
4.2	Arbeitsbedingungen	14
4.2.1	Gute Arbeitsbedingungen als Teil des Nachhaltigkeitskonzeptes.....	14
4.2.2	Verbesserung der Arbeitsbedingungen.....	14
4.2.3	Teamsitzungen	14
4.3	Resilienz	14
4.3.1	Krisenpläne.....	14
4.3.2	Schutzkonzept/ Deeskalationsmaßnahmen	15
4.3.3	Stärkung individueller Resilienz	15
4.3.4	Teambuilding-Maßnahmen	15

1 Nachhaltigkeit und Klimaschutz

1.1 Einleitung

Herzlich Willkommen auf unserem Nachhaltigkeitskonzept. Wir legen in der Praxis großen Wert auf nachhaltiges Handeln, um verantwortungsvoll mit ökologischen und sozialen Ressourcen umzugehen.

1.1.1 Einbindung des Praxisteam

In regelmäßigen Abständen finden Teamsitzungen statt, in denen der Praxisalltag reflektiert wird und mögliche Verbesserungsvorschläge besprochen werden. Dieser Austausch ermöglicht uns die stetige Weiterentwicklung unserer Arbeit – individuell als auch in Team.

Dem Thema Nachhaltigkeit widmen wir uns ebenfalls regelmäßig im Rahmen der Teamsitzungen. In den letzten zwölf Monaten haben wir uns einmal zusammengesetzt, um Maßnahmen zur Umsetzung von klimafreundlichen Zielen in unserer Praxis zu besprechen und umzusetzen.

Auch außerhalb der regelmäßigen Teamsitzungen legen wir großen Wert auf Zusammenarbeit und beziehen Input von allen Teammitgliedern mit ein.

1.2 CO₂-Fußabdruck

1.2.1 Informationsbasis

Die Praxis verfügt über folgende Informationen zur Berechnung ihres CO₂-Fußabdruckes:

- Wärmeverbrauch: 3835 kWh (2021)
- Wasserverbrauch: 53 m³ (2021)
- Stromverbrauch: aktueller Tarif Profi24 Strom (Vattenfall): 3839 kWh (2024)
- Verbrauchsmaterialien:
 - Papier: Packungen à 2500 Seiten, ca. 5 Packungen
 - Papierrollen: 19 Stück
 - Pappe: geschätzt 100 kg
 - Plastik:
 - Handschuhe à 100 Stück: 140 Stück
 - Blutentnahmeröhrchen à 75 Stück: 156 Stück
 - Urinbecher à 100 Stück: 12 Stück
 - Urinröhrchen à 92 Stück: 24 Stück
 - Desinfektionsmittel: 5l Kanister Cutasept: 5 Stück
- Mobilität der Mitarbeitenden (inkl. Geschäftsreisen): Für Hausbesuche steht ein Fahrrad in der Praxis zur Verfügung, Geschäftsreisen finden im Rahmen der Tätigkeiten nicht statt. Es ist den Mitarbeitenden freigestellt, wie sie zur Praxis kommen, wobei eine nachhaltige Fortbewegung empfohlen wird. Die Mehrheit der Mitarbeitenden kommt fußläufig, mit dem ÖPNV oder mit dem Fahrrad zur Praxis.

Durch den Praxisumzug liegen uns die Verbrauchsdaten der aktuellen Praxis, die eine gering vergrößerte Quadratmeteranzahl aufweist, noch nicht vor, sodass wir auf Verbrauchsdaten der vergangenen Jahre zurückgreifen müssen.

1.2.2 Jährliche Aktualisierung

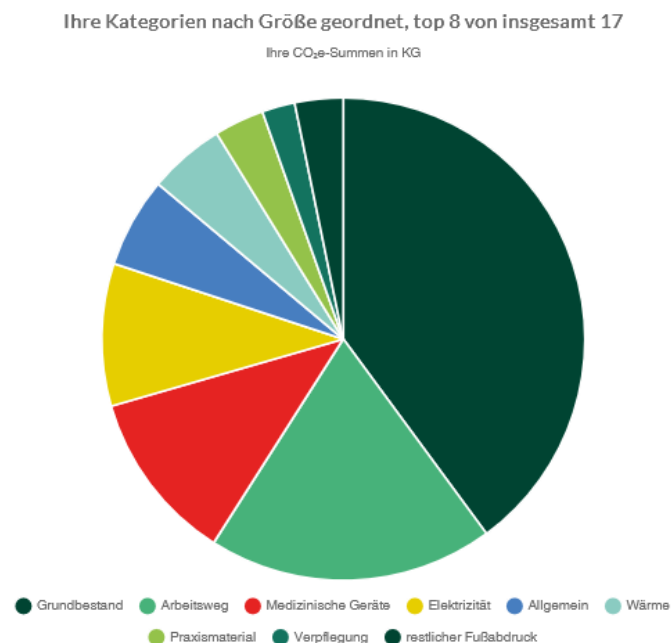
Die Verbrauchsdaten zur Ermittlung der Klimabilanz werden jährlich erhoben, um den aktuellen Verbrauch darzustellen und kontinuierlich zu überwachen.

1.2.3 Klimabilanz

Mithilfe des CO₂-Rechners ist es möglich, den CO₂-Verbrauch anhand der uns zur Verfügung stehenden Informationen systematisch zu erfassen. Für die Berechnung der Gesamtemissionen des Jahres 2024 nutzen wir das Tool „Wilderness International“ auf der Website <https://wilderness-international.org/co2-rechner-praxen>.

Für die Berechnung nutzen wir die uns zur Verfügung stehenden Daten (siehe 1.2.1).

Mit den eingegebenen Daten kommen wir auf ein CO₂-Äquivalent von 19,17 t CO₂e.



1.3 Energiemanagement

1.3.1 Ziele

Der Verbrauch von Strom, Wärme und Wasser soll reduziert werden, um den CO₂-Fußabdruck der Praxis zu senken. Die Energie soll aus erneuerbaren Quellen bezogen werden.

1.3.2 Maßnahmen

Die Praxis hat zum nächstmöglichen Wechseltermin (01.2026) den Wechsel zu einem Ökostromvertrag (Naturstrom24 Tarif von Vattenfall) getätigt, der eine zukunftsorientierte

und ökologische Energieversorgung unterstützt, damit wir den Praxisbetrieb nachhaltig gestalten können.

Der Wärmebezug wird durch den Vermieter geregelt, weshalb ein Einfluss auf die Anbieterwahl nicht möglich ist. Durch elektronische Thermostate an allen Heizkörpern wird die Wärmenutzung optimiert. Diese schalten sich bei erreichter Zimmertemperatur automatisch ab und heizen nicht außerhalb der Praxiszeiten. So wird unter der Woche zwischen 6:30 Uhr und 12 Uhr in allen Räumen auf 21°C geheizt. In den Sprechzimmern wird mittels Stoßlüften bei Bedarf gelüftet. Im Sommer wird die Praxis nicht geheizt und es wird viel gelüftet, um eine angenehme Raumtemperatur zu erhalten.

Um Strom zu sparen, wurde ein Handout zu stromsparenden Maßnahmen erstellt. Außerdem sind bereits mehrere stromsparende Maßnahmen fest in den Praxisablauf eingegliedert. Hierunter fällt das Nutzen von LED Leuchtmitteln in allen Lampen, Akkubetriebene Batterien und ausschaltbare Steckdosenleisten an allen Arbeitsplätzen zum Ausschalten aller Geräte bei Betriebsende. Zudem werden bei Betriebsende alle Beleuchtungen ausgeschaltet.

Bei Neuanschaffung von neuen elektronischen Geräten achten wir auf die Energieeffizienz, um den Verbrauch möglichst niedrig zu halten.

1.3.3 Ergebnisse

Es wird täglich geprüft, ob am Ende des Arbeitstages alle technischen Geräte ausgeschaltet sind sowie die Steckdosenleisten, um den Stand By-Verbrauch zu minimieren. Bei der Neuanschaffung von technischen Geräten wird auf die Energieeffizienz geachtet.

Die Verbrauchsdaten der Praxis werden in jährlichem Abstand zusammengefasst und evaluiert.

1.4 Mobilität

Um den CO₂-Ausstoß zu reduzieren, legen wir großen Wert auf nachhaltige Mobilität.

1.4.1 Praxisteam

Die Mehrheit der Mitarbeitenden kommt zu Fuß, mit dem Fahrrad und mit dem ÖPNV zur Praxis. Die U-Bahn ist in 5 min fußläufig entfernt. Direkt vor der Praxis befinden sich öffentlich zugängliche, nicht überdachte Fahrradstellplätze, die ebenerdig und leicht erreichbar sind. Hausbesuche werden stets zu Fuß oder mit dem Fahrrad durchgeführt, dafür steht auch ein Praxisfahrrad zur Verfügung.

1.4.2 Patient:innen

Auch für unsere Patient:innen bieten sich die öffentlichen Fahrradstellplätze vor der Praxis an. Sie befinden sich auf dem Gehweg vor dem Wartezimmerbereich und sind leicht

erreichbar. Auf der Website gibt es weitere Informationen zur Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Außerdem bieten wir Patient:innen Befundbesprechungen per Telefon an, um unnötige Wege zu sparen.

1.5 Abfallmanagement

1.5.1 Abfallvermeidung

Um Ressourcen zu sparen, haben wir unserer Praxis verschiedene Maßnahmen etabliert, um sparsam mit Materialien umzugehen und Abfall zu reduzieren.

Reduktion des Papierverbrauchs

Um den Papierverbrauch zu minimieren, setzen wir in unserer Praxis verstärkt auf digitale Medien. Die Anamnese sowie die Dokumentation der Behandlungen erfolgen digital. Die Verschreibung von Medikamenten und Krankschreibungen wird direkt auf die Krankenkassenskarte der Patient:innen übertragen, wodurch der Papierverbrauch erheblich reduziert wird. Ebenso werden Laborwerte digital per E-Mail an die Patient:innen übermittelt und/oder auf die digitale Patientenakte hochgeladen was die Notwendigkeit unnötiger Printmedien verringert.

Vermeidung von Printmedien und Printwerbung

Zur weiteren Reduktion von Printmedien verwenden wir QR-Codes für Fragebögen. In unserer Praxis arbeiten wir nicht mit ausgedruckten Fragebögen. Die Anmeldung erfolgt digital, und Patient:innen können auf WLAN sowie QR-Codes zugreifen, um wichtige Schritte zu erledigen. Jeder Arbeitsplatz ist mit einem Praxiscomputer ausgestattet, der den digitalen Zugang ermöglicht. Durch den Einsatz dieser digitalen Medien und auch die Verwendung der digitalen Patientenakte ePA wird der Papierverbrauch minimiert und die Praxis trägt aktiv zur Ressourcenschonung bei.

Ressourcenschonung

Eine spezielle Liste z.B. zur ressourcenschonenden Verwendung von Handschuhen wird zur Verfügung gestellt. Dabei wird erläutert, wann Handschuhe notwendig sind und wann auf ihre Verwendung verzichtet werden kann, um unnötigen Verbrauch zu vermeiden. Ziel dieser Schulungen ist es, das Bewusstsein für nachhaltigen Umgang mit Ressourcen zu fördern und die Abfallmenge in der Praxis zu minimieren. Materialien werden bedarfsorientiert bestellt und regelmäßige Bestandsaufnahmen durchgeführt.

1.5.2 Wiederverwendung

Entsorgung und Medikamentenmanagement

Auf unserer Website informieren wir Patient:innen darüber, dass abgelaufene und nicht mehr benötigte Medikamente nicht über den Abfluss entsorgt, sondern entweder in Apotheken oder bei Schadstoffsammelstellen abgegeben, oder im Restmüll entsorgt

werden sollen. Diese Information trägt dazu bei, den umweltschädlichen Müll zu reduzieren und die Entsorgung von Medikamenten verantwortungsvoll zu gestalten.

Mülltrennung

Die Mülltrennung erfolgt in jedem Praxisraum direkt und unmittelbar. Unproblematische Praxisabfälle (Gruppe A) werden in separaten, dafür vorgesehenen Mülleimern gesammelt. Diese Mülleimer sind mit drei Fächern ausgestattet, die für die getrennte Sammlung von Papier (blau), Plastik (gelb) und Restmüll (schwarz) verwendet werden. Diese Abfälle werden dann in die entsprechenden Mülltonnen entsorgt.

Für andere Praxisabfälle, wie zum Beispiel Nadeln und Spritzen, gibt es sichere Entsorgungsmöglichkeiten (z. B. Spritzenabwurfbehälter), die regelmäßig entleert und fachgerecht entsorgt werden.

Regelmäßige Schulungen

Regelmäßige Teamsitzungen und Schulungen zu den Themen Mülltrennung, Abfallmanagement und Ressourcenschonung finden statt. Diese fördern das Bewusstsein der Mitarbeitenden für die Wichtigkeit einer ordnungsgemäßen Entsorgung und die Reduzierung von Abfällen.

Wiederaufbereitung von Medizinprodukten

Für unsere Praxis ist derzeit keine Wiederaufbereitung von Medizinprodukten erforderlich, da alle Geräte und Materialien nach den geltenden Hygienevorschriften desinfiziert und wiederverwendet werden können. Alle Materialien, die für die Behandlungen benötigt werden, werden nach der Nutzung gereinigt und erneut eingesetzt. Einwegprodukte, die aufgrund der Hygienevorgaben zwingend notwendig sind, werden in den entsprechenden Mülleimern fachgerecht getrennt und entsorgt.

2 Rationale und nachhaltige Pharmakotherapie

Die rationale Pharmakotherapie ist ein Grundbaustein der evidenzbasierten medizinischen Behandlung zur bestmöglichen Versorgung der Patienten. In den letzten Jahren sind aber auch vermehrt die Auswirkungen von Arzneimitteln auf Gesellschaft und Umwelt in den Fokus gerückt. Hier sind beispielsweise die energieintensive Herstellung oder die Entstehung von Antibiotika-Resistenzen zu nennen. Unser nachhaltiges Pharmakotherapiekonzept nimmt deshalb ganzheitlich die Bedürfnisse und Anforderungen von Mensch und Umwelt sowie negative Konsequenzen für diese in den Blick. Dadurch können Ressourcen geschont und Umweltbelastungen verringert werden. Vor allem ist eine rationale und nachhaltige Pharmakotherapie aber auch im Sinne der Patienten, da so Arzneimittelwechselwirkungen vermieden und unerwünschte Nebenwirkungen reduziert werden können.

2.1 Rationale Pharmakotherapie

Eine rationale Pharmakotherapie ist essentiell, um zum einen die Sicherheit der Patient:innen zu schützen und zum anderen auch medikamentöse Ressourcen nicht zu verschwenden. Dadurch kann Verpackungsmüll und die Belastung des Abwassersystems durch unsachgemäße Entsorgung reduziert werden.

Zur Sicherstellung der hier aufgeführten Maßnahmen wurden umfassende, praxisinterne Handlungsanweisungen und Standard Operating Procedures (SOPs) erarbeitet und die Mitarbeiter entsprechend geschult.

Die Praxis nutzt grundsätzlich ein digitales Praxisverwaltungssystem (PVS) zur Erfassung und Dokumentation von Befunden und Medikationen.

Bei Neuverordnungen und Dauermedikationen wird automatisch vom PVS sowie standardisiert vom Behandler ein Arzneimittelsicherheits-Check (AMTS-Check) durchgeführt. Dadurch sollen Wechselwirkungen, unerwünschte Arzneimittelwirkungen und Fehleinnahmen verhindert werden.

Bei Verordnungen von präventiv wirkenden Medikamenten (z.B. Blutdrucksenker) sollte das individuelle Risikoeinschätzung sowie eine Edukation des Patienten stattfinden. Hierfür sind geeignete Scores und Hilfsmittel zu verwenden (z.B. Arriba).

Bei Dauermedikationen wird ein Medikationsplan erstellt. Sofern dies erforderlich oder gewünscht ist, wird dieser dem Patienten in leicht verständlicher Form ausgehändigt. Ziel ist hier vor allem die Vermeidung von Doppelverordnungen und die Sicherstellung der korrekten Einnahme.

Bei relevanten Patientengruppen (z.B. Patienten mit Multimorbidität, Polypharmazie, Niereninsuffizienz, bekannten Arzneimittelwechselwirkungen) soll mindestens einmal im Quartal ein Review der Medikation stattfinden. Dafür sind bei Bedarf entsprechende diagnostische Maßnahmen zu ergreifen. Grundsätzlich sind alle Dauermedikationen nach den standardisierten Handlungsanweisungen regelmäßig zu überprüfen.

2.1.1 Anwendungsdauer von Arzneimitteln

Geplante Behandlungsdauern sind dem Patienten klar zu kommunizieren und im PVS zu dokumentieren. Bei Wiederverordnungen und Bedarfsmedikationen sollte auf den Verordnungsabstand und angemessene Packungsgrößen geachtet werden.

Medikamente werden nur für die notwendige Dauer verordnet. Die Indikationen für bestimmte medikamentöse Therapien werden regelmäßig reevaluiert und bei Nicht-Ansprechen ggf. geändert.

2.1.2 Deprescribing

Im Rahmen der regelmäßigen Medikationsanalyse soll überprüft werden, ob ein Deprescribing von Medikamenten möglich und im Sinne des Patienten ist; dafür sollten geeignete Tools wie z.B: medstopper.com oder Arriba genutzt werden. Dies ist entsprechend zu dokumentieren und dem Patienten mitzuteilen.

Insbesondere bei Multimedikation und Multimorbidität sollten Medikamente kritisch eingesetzt werden, da vermehrt Wechselwirkungen und Non-Compliance auftreten können. Wenn möglich, sollten Kombinationspräparate genutzt werden, um die Handhabung für die Patient:innen zu vereinfachen.

2.1.3 Protonen-Pumpen-Hemmer

Protonenpumpenhemmer werden grundsätzlich nur bei klarer Indikation verschrieben. Bei Wiederverordnung oder Dauermedikation sollte zudem mit Hilfe überprüft werden, ob ein Absetzen des Medikaments möglich und angezeigt ist. Dafür ist es möglich Tools, wie bspw. Arriba, zu nutzen.

Wenn keine Langzeitindikation besteht, wird ein Plan zum Absetzen der PPIs erstellt.

2.1.4 Antibiotika

Antibiotika sollten generell eher zurückhaltend und nur bei klarer Indikation verordnet werden. Eine rationale Anwendung von Antibiotika verhindern die Entwicklung von Antibiotikaresistenzen und den Verbrauch von Ressourcen.

Vor allem bei unkomplizierten Infekten der Atemwege (z.B. Bronchitis, Pharyngitis) ist bei sonst gesunden Personen eine Antibiotikatherapie oft unnötig und mit vermeidbaren Nebenwirkungen verbunden.

Patient:innen mit entsprechenden Symptomen werden klinisch eingeschätzt und körperlich untersucht und ggf. im Verlauf erneut einbestellt. Es besteht die Möglichkeit, Infektparameter zu bestimmen.

2.1.5 HbA1c-Wert bei Menschen mit Typ 2 Diabetes

Bei der (Wieder-)Verordnung von Diabetes-Medikamenten oder Medikamenten zur Reduzierung des Herz-Kreislauf-Risikos ist regelmäßig zu prüfen, ob sich der Patient innerhalb der individuell festgelegten Zielwerte befindet. Außerdem sollte auf die zu erwartende Lebensdauer und Lebensqualität des Patienten geachtet werden.

2.1.6 Verordnung von Statinen

Die Verordnung von Statinen wird mit Hilfe des Arribatools überprüft. Bei begrenzter Lebenserwartung können präventive Medikamente abgesetzt werden, um die Lebensqualität zu steigern und Kosten zu reduzieren.

2.2 Umweltbelastende Wirkstoffe und Darreichungsformen

Bei umweltbelastenden Wirkstoffen oder Darreichungsformen sollte die Indikation kritisch überprüft werden und ggf. auf Alternativen ausgewichen werden.

Insbesondere Dosieraerosole und Narkosegase tragen zum Treibhausgasausstoß bei. Für die Behandlung von Asthma und COPD kann auf von Dosieraerosolen auf Pulverinhalationen umgestellt werden, um den CO₂-Ausstoß zu reduzieren.

Als besonders umweltbelastend gelten z.B. Amoxicillin, Diclofenac, Glibenclamid und Ethinylestradiol.

3 Klimabezogene Aspekte der Versorgung

3.1 Information und Beratung

3.1.1 Patienteninformation

Der Klimawandel hat zahlreiche relevante Auswirkungen auf die Gesundheit und damit auch die medizinische Versorgung. Nicht nur die Ausbreitung von Erkrankungen, Luftverschmutzung und Hautkrebs, sondern auch Extremwetterereignisse stellen zunehmend eine Herausforderung dar. Die Vermittlung von Wissen zu klimabedingter Gesundheit ist essentiell, um die Gesundheit der Bevölkerung zu fördern.

Auf unserer Website <https://höllen.com/de/> stellen wir allgemeine Gesundheitsinformationen zum Zusammenhang von Klima und Gesundheit zur Verfügung. Diese werden regelmäßig überprüft und aktualisiert, damit unsere Patient:innen und Interessierte einfach auf dem neuesten Stand bleiben können.

3.1.2 Lebensstilberatung

Präventive Maßnahmen zur Eindämmung der Auswirkungen des Klimawandels sind von großer Bedeutung, um langfristig den Zustand des Planeten und gleichzeitig die Gesundheit zu schützen. Wir weisen besonders im Rahmen von Check Up Untersuchungen und Lebensstilberatungen darauf hin, dass klimafreundliches Verhalten positive Auswirkungen hat. Die Beratung berücksichtigt individuelle Faktoren und inkludiert Verhaltensänderungen bezogen auf Ernährung (pflanzenbasierte Ernährung), Bewegung (Fahrrad statt Autofahren), Allergien und dem Vorbeugen von Antibiotikaresistenzen.

3.1.3 Beratung von Risikogruppen

Besonders von Hitze betroffene Patient:innen wie Menschen >70 Jahre, Schwangere, Kinder sowie Menschen mit chronischen Erkrankungen werden bei Sprechstunden darauf hingewiesen, sich während starker Hitze körperlich zu schonen, Sonne zu vermeiden und auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr zu achten.

3.2 Hitzeschutzplan

Um unsere Patient*innen und Personal bestmöglich zu schützen, gibt es in einen praxisspezifischen Hitzeschutzplan, der temperaturabhängig Anwendung findet. Wir erhalten den Newsletter vom Deutschen Wetterdienst, sodass wir regelmäßig über Hitzewarnungen und -prognosen informiert sind.

Der Hitzeschutzplan umfasst neben generellen Maßnahmen auch organisatorische Aspekte in der Versorgung während Hitzewellen.

Es steht ganzjährig für Patient:innen und Personal Trinkwasser im Wartebereich zur Verfügung. Wir empfehlen eine regelmäßige Flüssigkeitszufuhr und die Netzwerkaktivierung im Besonderen bei immobilen Patient:innen. Medikamentenpläne werden regelmäßig aktualisiert und ggf. angepasst. Zur Anpassung der Medikation während Extremtemperaturen steht die Heidelberger Tabelle zur Verfügung. In der Praxis wird regelmäßig mithilfe eines digitalen Thermometers mit Warnfunktion bei Ausfällen die Kühlschranktemperatur gemessen, um die Sicherheit von kühlpflichtigen Medikamenten wie bspw. Impfstoffen sicherzustellen.

Während der Sommermonate können die Raumtemperaturen mit einem mobilen Thermometer regelmäßig geprüft werden. Durch die Nutzung von Jalousien wird die Aufheizung durch Sonneneinstrahlung reduziert. Durch Stoßlüften am Morgen und dem Herstellen einer natürlichen Ventilation durch geöffnete Fenster und Türen wird die Raumtemperatur möglichst geringgehalten. Damit soll zum einen die Sicherheit der Mitarbeitenden und Patient:innen geschützt werden, zum anderen die Lagertemperatur der Medikamente geprüft werden.

Bei Extremtemperaturen besteht die Möglichkeit, die Sprechstundenzeiten anzupassen. Für vulnerable Gruppen können Früh- und Spätsprechstunden eingerichtet werden, um die Mittagshitze zu vermeiden. Nicht dringende Termine können verschoben werden (z.B. Check Ups), wenn möglich kann auch auf telefonische Besprechung zurückgegriffen werden. Es sollten keine körperlich belastenden diagnostischen Maßnahmen (z.B. Ergometrie) durchgeführt werden.

Empfehlungen an Patient:innen:

Wir empfehlen Patient:innen bei Hitzewellen eine möglichst geringe Hitzeexposition sowie ggf. das Aufsuchen von kühleren Orten/Räumen. Wichtig ist eine ausreichende Flüssigkeitsaufnahme sowie leichte Kost. Die Lagerung der Medikamente sollte geprüft werden, damit keine hitzebedingten Schäden auftreten. Des Weiteren sollte die Temperatur

des Kühlschranks regelmäßig überprüft werden, um das Verderben von Nahrungsmitteln zu verhindern.

Bei Hitzewarnstufe 1 empfehlen wir das Tragen leichter Kleidung. In der Sprechstunde werden Zeichen von Hitzebelastung evaluiert und erfasst. Dazu gehören die Messung der Körpertemperatur sowie die Beurteilung der (De-)Hydratation der Patient:innen.

Weitere Empfehlungen zum Hitzeschutz bei verschiedenen Vorerkrankungen finden Patient:innen auf der Website.

Mitarbeitende:

Mitarbeitende sollten auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr und regelmäßige Pausen zum Trinken und Abkühlen achten. Leichte Dienstkleidung (Kasacks) ist verfügbar. Beim Arbeitsweg ist auf Sonnenschutz zu achten, bei körperlicher Belastung auch auf ausreichend Pausen.

4 Resilienz und Verankerung

4.1 Governance

4.1.1 Verantwortliche Person für Nachhaltigkeit

Durch Ernennung von verantwortlichen Personen soll es ermöglicht werden, geeignete Ressourcen für die Überwachung und Weiterentwicklung der Ziele und Maßnahmen im Nachhaltigkeitskonzept bereit zu stellen. Die verantwortlichen Personen in unserer Praxis zum Thema Nachhaltigkeit sind Dr. med. Höllen und Birgit. Hierfür liegt eine schriftliche Regelung im Qualitätsmanagement der Praxis vor. Nach Bedarf können dort die Aufgaben, welche mit dieser Rolle verbunden sind, nachgelesen werden. Die oben genannten Personen sind durch die Teilnahme am Projekt „Qualitätssiegel Nachhaltige Praxis“ des aQua Instituts nachweislich qualifiziert, da im Rahmen dessen eine umfangreiche Schulung erfolgte.

4.1.2 Verbindlichkeit der Nachhaltigkeitsziele

Die (Mit-)Verantwortung des gesamten Praxisteam zur Umsetzung und Gestaltung der Nachhaltigkeitsziele ist festgelegt und alle Mitarbeitenden sind über die Ziele informiert. Eine schriftliche Ausführung liegt im Qualitätsmanagement vor.

4.1.3 Internes Qualitätsmanagement

Zur Integration des Nachhaltigkeitsmanagements in bestehende Regelkreise hat die Praxis ein internes Qualitätsmanagement etabliert. Hierfür wurde in den vergangenen 36 Monaten eine strukturierte Bewertung des internen Qualitätsmanagements durchgeführt. Zuletzt erfolgte eine Selbstbewertung am 13.06.2025 durch Dr. med. Höllen mithilfe des Selbstbewertungsbogens des Gemeinsamen Bundesausschusses. Hierfür liegt der ausgefüllte Fragenbogen als Nachweis vor. Die Praxis verfügt nicht über eine Fremdbewertung durch Externe.

4.1.4 Fortbildung

In den letzten 12 Monaten haben 60% der festangestellten Mitarbeitenden an einer Schulung aus dem Bereich Nachhaltigkeit, Klimaschutz bzw. Resilienz teilgenommen. Hiermit wird ein hoher Wissens- und Kenntnisstand erreicht und versucht aktuelles Wissen richtig anzuwenden und Risiken und Krisen vorzubeugen.

4.2 Arbeitsbedingungen

4.2.1 Gute Arbeitsbedingungen als Teil des Nachhaltigkeitskonzeptes

Die Praxis setzt sich sehr dafür ein, neben wirtschaftlichen und ökologischen Aspekten auch soziale Aspekte zu berücksichtigen und sich für das Wohl der Mitarbeitenden einzusetzen. Hierfür liegt ein schriftliches Leitbild im Qualitätsmanagement der Praxis vor, welches auch von allen Mitarbeitenden unterzeichnet wurde. Dieses beinhaltet Aussagen zur Arbeitszufriedenheit und Verantwortlichkeit, zu einem guten Betriebsklima und zur Wertschätzung. Außerdem hat die Praxis in ihrem Leitbild auch Aspekte zu einer fairen Bezahlung, Chancengleichheit und Vereinbarkeit von Familie und Beruf niedergeschrieben. Zuletzt liegt hierbei auch der Fokus auf Arbeitssicherheit, Gesundheitsschutz. Die Praxis möchte auch ihre Mitarbeitenden ausreichend unterstützen und bei Bedarf bei Weiterbildungen helfen. Hierdurch soll es zur Verbesserung der Arbeitsbedingungen kommen.

4.2.2 Verbesserung der Arbeitsbedingungen

Die Praxis hat sich vorgenommen, einmal pro Quartal eine Befragung der Mitarbeitenden durchzuführen, um stetig die Arbeitsbedingungen aus Sicht dieser zu erfassen und gegebenenfalls Maßnahmen zur Verbesserung zu ergreifen. Die letzte Mitarbeitendenbefragung erfolgte am 27.07.2025 mit allen an dem Tag anwesenden Mitarbeitenden in der Praxis. Auf Basis der Befragung erfolgte eine Auswertung und anschließende, interne Besprechung der Ergebnisse. Bislang mussten keine Maßnahmen zur Verbesserung ergriffen werden.

4.2.3 Teamsitzungen

Zum gegenseitigen Informationsaustausch und zur gegenseitigen Wertschätzung werden regelmäßige Teamsitzungen durchgeführt. Hierbei werden Planungen vorgenommen und es erfolgen Abstimmungen von Maßnahmen und Verantwortlichkeiten. Außerdem sollen so Fragen kommuniziert und Unklarheiten und Unterstützungsbedarf geklärt werden. In der Praxis werden einmal pro Quartal strukturierte Teamsitzungen abgehalten und diese per Protokoll dokumentiert.

4.3 Resilienz

4.3.1 Krisenpläne

Die Praxis hat potentielle Krisen identifiziert und verfügt über einen Handlungsplan in Krisensituationen. Dieser hängt in schriftlicher Form in der Praxis aus. Alle Mitarbeitenden wurden darüber informiert wo dieser zu finden ist und haben diesen Plan als Zeichen der zustimmenden Kenntnisnahme unterzeichnet. Der Handlungsplan beinhaltet Konzepte für

Pandemien/Krankheitswellen, Personal- und Technikausfall, Naturkatastrophen und plötzliche Störungen von Lieferketten.

4.3.2 Schutzkonzept/ Deeskalationsmaßnahmen

Die Praxis verfügt über ein Schutzkonzept mit Deeskalationsmaßnahmen, welches im Qualitätsmanagement hinterlegt ist. Dieses dient einerseits zum Selbstschutz und zum Schutz weiterer Personen in der Praxis. Die Deeskalationsmaßnahmen beinhalten Methoden beim Übergriff durch aggressive Patient:innen, Angehörige und sonstige Personen, um mit der Situation umgehen zu können. Alle Mitarbeitenden haben dieses Konzept zur Kenntnis genommen.

Bei Bedarf wird den Mitarbeitenden eine Schulung bezüglich des Umgangs mit Gewalt und Aggressionen in der Praxis zur Verbesserung der Kommunikationsfähigkeit angeboten. Diese Schulung wird eigenständig durch Dr. med. Höllen durchgeführt.

4.3.3 Stärkung individueller Resilienz

Den Mitarbeitenden werden aktuell keine Maßnahmen zur Selbststärkung in Bezug auf Krisensituationen mind. alle 3 Jahre angeboten. Jedoch verfügt die Praxis wie oben beschrieben über ein Schutzkonzept mit Deeskalationsmaßnahmen. Bei Bedarf wird eine Teamsitzung durchgeführt und es erfolgt ein internes Debriefing. Glücklicherweise kam es in den letzten 5 Jahren zu keinen Gewaltsituationen in der Praxis.

4.3.4 Teambuilding-Maßnahmen

Um die Gemeinschaft der Mitarbeitenden in der Praxis zu stärken erfolgt einmal pro Jahr ein Betriebsausflug mit allen Mitarbeitenden. In den letzten Jahren wurde dieser, nach Zustimmung aller Mitarbeitenden, in Form eines gemeinsamen Essens durchgeführt.

Die Teambuilding-Maßnahmen dienen in erster Linie zur Stärkung der Gemeinschaft und um eine bestmögliche personelle Verbindung herzustellen.