

Fünf Sofort-Maßnahmen für Apotheke und Praxis

1. Mit dem Team an einen Tisch!

Was fällt Ihren Mitarbeitenden auf? Was würden sie mit Blick auf Klima, Umwelt und Miteinander ändern? Wer übernimmt die Verantwortung für das Thema Nachhaltigkeit und die Umsetzung von Maßnahmen?

Dazu will ich mehr erfahren:

Kompetenzzentrum für klimaresiliente Medizin und Gesundheitseinrichtungen:

<https://klimeg.de/handlungsfelder/handlungsfeld-fuehrung-management-fortbildung/>

Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit (KLUG):

<https://www.klimawandel-gesundheit.de/handlungsfelder-und-projekte/projekt-transformative-arztpraxen/>



2. Sofort Ressourcen schonen!

Ressourcen schonen, schont auch den Geldbeutel. Dafür braucht es eine fundierte Analyse des Status quo. Erste Schritte lassen sich sofort umsetzen:

Strom: Dauerhaft ist es wichtig, den eigenen Stromverbrauch zu kennen, Stromfresser zu finden (z.B. mit einem Strommessgerät) und geeignete Maßnahmen zu ergreifen, z.B. Altgeräte austauschen, auf LED-Beleuchtung setzen und Bewegungsmelder nutzen, Geräte in den Energiesparmodus oder auf Stand-By schalten, statt im Dauerbetrieb laufen lassen, Monitore ausschalten, wenn alle gehen.

Heizen & Klimatisieren: Schon ein Grad weniger macht viel aus – rund 6 Prozent Energie lassen sich so sparen.

Wasser: Mit freundlichen Hinweisen an den Waschbecken arbeiten „Viel Wasser trinken – aber nichts verschwenden! Deswegen: Wasser aus beim Einseifen!“ Langfristig wassersparende Armaturen einbauen, z.B. mit Infrarot-Sensoren.

Papier: Was muss wirklich ausgedruckt werden? Anmeldebögen und Patientenanamnese-Bögen können zum Beispiel einmal ausgedruckt, laminiert und mit löschbarem Folienmarker ausgefüllt – und damit wiederverwendet werden. Langfristig: Prozesse digitalisieren, wo möglich.

Dazu will ich mehr erfahren:

Kompetenzzentrum für klimaresiliente Medizin und Gesundheitseinrichtungen:

Energie: <https://klimeg.de/handlungsfelder/handlungsfeld-energie/>

Wasser: <https://klimeg.de/handlungsfelder/handlungsfeld-wasser/>

Digital: <https://klimeg.de/handlungsfelder/handlungsfeld-it-und-digitalisierung/>



3. Ökologisch? Ökonomisch!

Nachhaltigkeit bei Einkauf, Beschaffung und Materialmanagement? Das geht und wird mit Planung immer effizienter. Aber auch hier lässt sich einiges sofort umsetzen:

Reduce & Reuse: Statt Einwegflaschen und Pappbecher: Trinkwasser und wiederverwendbare Trinkflaschen und Becher sowie Gläser und ein durchdachter (nach Indikation!) Umgang mit Einmalhandschuhen. Langfristig kann u.a. der Einkauf von Desinfektions- und Reinigungsmitteln nach ökologischen Merkmalen ausgerichtet werden.

Dazu will ich mehr erfahren:

Kompetenzzentrum für klimaresiliente Medizin und Gesundheitseinrichtungen:

<https://klimeg.de/handlungsfelder/lieferkette-und-beschaffung/>



4. Den Klimaschutz direkt in die Verordnung schreiben!

Überweisung und Rezept als Mittel gegen Klimawandel und Umweltbelastung? Funktioniert sogar hervorragend und ist sofort umsetzbar!

Diagnostik mit Augenmaß: Bildgebende Verfahren beispielsweise nur dann einsetzen, wenn sie tatsächlich notwendig und sinnvoll sind.

Die Wirkung von Medikamenten auf die Umwelt nicht unterschätzen: Paracetamol ist nicht gleich Paracetamol. Wie und wo ein Medikament hergestellt wird, macht einen großen Unterschied. Der sogenannte „Product Carbon Footprint“ hilft hier weiter. Auch durch die Wahl von Medikamenten können die Umweltauswirkungen gezielt beeinflusst werden. Äußerlich angewendetes Diclofenac landet z.B. nahezu unverändert in Gewässern, da es nicht aus Abwasser gefiltert werden kann – und es gibt wirksame Alternativen. Pulver- statt Dosierinhalatoren sparen F-Gase und CO₂, ebenso die bewusste Auswahl von Narkosegasen. Auch Konservierungsmittel belasten die Gesundheit von Patientinnen und Patienten sowie die Umwelt, s. auch ABDA-Leitfaden „Ökologische Nachhaltigkeit in der Apotheke“ (Link s. Seite 3).

Dazu will ich mehr erfahren:

Kompetenzzentrum für klimaresiliente Medizin und Gesundheitseinrichtungen:

Diagnostik: <https://klimeg.de/handlungsfelder/handlungsfeld-diagnostik-und-therapie/>

Medikamente: <https://klimeg.de/handlungsfelder/handlungsfeld-medikamente/>

Narkosegase: <https://klimeg.de/handlungsfelder/handlungsfeld-narkosegase/>

Pharmacists For Future: <https://www.youtube.com/@PharmacistsForFuture>

Umweltbundesamt (UBA): <https://www.umweltbundesamt.de/themen/chemikalien/arzneimittel>



5. „Öko-Diktatur“? Gesunder Menschenverstand!

Das Wort „Nachhaltigkeit“ ist für manche Ihrer Patientinnen und Patienten ein rotes Tuch, weil es mit Verzicht und dem Entzug vermeintlicher Privilegien gleichgesetzt wird? Dann hilft vielleicht ein Perspektivwechsel, denn ökologisch besser bedeutet vor allem eins: mehr *gesunde* Lebenszeit. Davon profitieren nicht nur die Patientinnen und Patienten, sondern auch ihre Familien. Auch hier gilt: Mehr Wissen macht die Beratung immer besser. Diese Maßnahme können sofort umgesetzt werden:

Du bist, was du isst: Ein Ernährungskonzept, wie es beispielsweise die „Planetary Health Diet“ vorsieht, bedeutet mehr Obst und Gemüse, Hülsenfrüchte und gesundes Fett und weniger Fleisch und Zucker. So lassen sich nicht nur die Risiken für Übergewicht und Diabetes reduzieren. Laut einer Studie der Harvard T.H. Chan School of Public Health kann diese flexitarische Ernährungsform auch vorzeitige Todesfälle durch Krebs, Herz-Kreislauf- und Atemwegserkrankungen verhindern.

Bewegung, weil sie guttut: Auch mehr Bewegung im Alltag hilft Patientinnen und Patienten langfristig, körperlich und mental – und wird von vielen Krankenkassen gefördert und belohnt.

Hitzeschutz ernst nehmen: Die Zahl der Hitzetage wird in Deutschland weiter steigen und vor allen in Städten zu einer zunehmenden Belastung. Gesundheitlich gefährdet sind dabei nicht nur ältere Menschen, sondern auch Schwangere, Stillende, Babys und Kleinkinder, Menschen mit geringem Einkommen sowie ohne Obdach oder Freiluftarbeitende und Sporttreibende. Besonders wichtig: Medikamente, z.B. zur Behandlung von Bluthochdruck, Diabetes oder Depression, wirken bei Hitze anders. Ein entsprechendes Patientenmanagement schützt hier Leben – dabei hilft u.a. die Heidelberger Tabelle.

Dazu will ich mehr erfahren:

Kompetenzzentrum für klimaresiliente Medizin und Gesundheitseinrichtungen:

<https://klimeg.de/handlungsfelder/handlungsfeld-ernaehrung/>



Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit (KLUG):

Ernährung: <https://www.klimawandel-gesundheit.de/handlungsfelder-und-projekte/ernaehrung/>

Hitze: <https://www.klimawandel-gesundheit.de/handlungsfelder-und-projekte/hitze/>

Heidelberger Tabelle: [https://klima-gesund-praxen.de/wp-](https://klima-gesund-praxen.de/wp-content/uploads/2024/07/Medikamentenmanagement_bei_Hitzewellen.pdf)

[content/uploads/2024/07/Medikamentenmanagement_bei_Hitzewellen.pdf](https://klima-gesund-praxen.de/wp-content/uploads/2024/07/Medikamentenmanagement_bei_Hitzewellen.pdf)

Noch mehr Wissen:

Arbeitsgemeinschaft Nachhaltigkeit in der Dermatologie (AGN) e.V.

Qualitätsmanagement (QM) unter dem Gesichtspunkt „nachhaltige Praxisführung“

<https://agderma.de/nachhaltiges-praxismanagement/qm-vorlagen/>

ABDA – Bundesvereinigung Deutscher Apothekerverbände e.V.

Leitfaden Ökologische Nachhaltigkeit in der Apotheke

<https://www.abda.de/fuer-apotheker/klimawandel-und-gesundheit/nachhaltigkeit-in-der-apotheke/>

apoBank – Deutsche Ärzte- und Apothekerbank

Praxisoptimierung: Checkliste für mehr Nachhaltigkeit in der Praxis

https://www.apobank.de/dam/jcr:fb5a8ea-ccb5-4ca5-afd5-947c7eb3b766/nachhaltige_gruene_praxis.pdf

Dranbleiben:

Health For Future:

<https://healthforfuture.de/>

Psychologists For Future:

<https://www.psy4f.org/>

Pharmacists For Future:

<https://pharmacistsforfuture.org/>

Immer für Sie da:

Ihr Nachhaltigkeitsteam der apoBank:

nachhaltigkeit@apobank.de