



## **Nachhaltigkeitskonzept für das Qualitätssiegel Nachhaltige Praxis**

Stand 01.November 2024

Unsere Praxis soll durch Maßnahmen im Bereich Energieeffizienz, Abfallmanagement, Hitzeschutz, umweltschonendes Arzneimittelmanagement und Förderung nachhaltiger Arbeits- und Mobilitätsbedingungen zu einem Vorbild für nachhaltiges Handeln im medizinischen Bereich werden und unseren CO<sub>2</sub>- Abdruck kontinuierlich senken.

Ein Fokus liegt auch auf der Patienteninformation, um das Bewusstsein für nachhaltige Gesundheitspraktiken zu fördern.

## Energiemanagement

### Ziele

Ziel ist es, den Strom- und Wärmeverbrauch in unserer Arztpraxis nachhaltig zu senken. Dies schont nicht nur die Umwelt, sondern senkt auch die Betriebskosten. Die Maßnahmen umfassen organisatorische und technische Veränderungen.

### Maßnahmen

Zur Reduzierung unseres Stromverbrauchs wurde unsere Praxis mit energieeffiziente LED-Leuchtmitteln ausgestattet. Andere elektrische Klein-/ und Großgeräte werden regelmäßig gewartet und geprüft. Hierbei wird auch geprüft ob ein Austausch alter Geräte durch neue energieeffiziente Geräte sinnvoll ist. Bei der Auswahl von Neuanschaffungen spielt der Energieverbrauch des Gerätes eine entscheidene Rolle.

Geräte und Lichtquellen werden während längerer Pausenzeiten bewusst ausgeschaltet anstatt im standby Modus zu verbleiben) Unseren Strom beziehen wir zu 100% aus erneuerbaren Energien via Hamburg Energie

Um den Wärmeverlust möglichst gering zu halten, haben wir unser Lüftungsverhalten angepasst (statt dauerhafter Lüftung Stoßlüften zu festen Zeiten- morgens vor Beginn der Sprechstunde, in der Mittagspause und nach Ende der Sprechstunde).

Die Anschaffung von Thermostaten ist in Planung, um für die Arbeitsräume eine maximale Raumtemperatur von 21°C festzulegen, in Untersuchungsräumen 24° C und 18°C in Fluren und Nebenräumen. Heizkörper werden regelmäßig entlüftet zur Vermeidung von Luftansammlungen und Steigerung der Effizienz.

Langfristig ist der Austausch der aktuellen Fenster durch moderne, besser kälte-/ und wärme isolierende Fenster und Rahmen geplant.

### Ergebnisse

Seit 2021 konnten wir den Stromverbrauch deutlich senken (Verbrauch 2021: 16486kWh, Verbrauch 2024: 9179kWh).

## Abfallmanagement

### Ziele

Ziel ist es, die Abfallmenge in unserer Praxis zu reduzieren, die Umweltbelastung zu minimieren und die ordnungsgemäße Trennung und Entsorgung von Abfällen sicherzustellen. Das allgemeine Motto ist *reduce, reuse, recycle!*

## **Maßnahmen**

Seit 01.11. wird in der Praxis der Müll nach Vorgaben der Stadtreinigung Hamburg getrennt (Papier, Wertstoff, Biomüll und Restmüll). Medizinische Abfälle und gefährliche Stoffe werden in speziellen Behältern entsorgt. Insgesamt wird Abfall reduziert durch Nutzen von Mehr-, - statt Einwegartikeln und Einsatz von Nachfüllpackungen. Die Reduktion des Papierverbrauch durch elektronische Dokumentation und Kommunikation erfolgt bereits in vielen Bereichen, dies soll kurzfristig weiter ausgebaut werden. Wir verwenden Recyclingpapier für das Faxgerät und den Drucker, auch 1x Handtücher sind aus recyceltem Material. Bei defekten Büromöbeln und/oder Einrichtungsgegenständen wir zuerst geprüft, ob eine Reparatur oder Instandsetzung möglich ist, bevor es zu Neuanschaffungen kommt. Bei Neuanschaffungen wird geprüft, ob diese vor Ort direkt zu erwerben sind, um Versandwege und Verpackungen zu sparen.

## **Ergebnisse**

Insgesamt konnte der Papierverbrauch gesenkt werden (konkrete Zahlen stehen aus), das Bewusstsein für ressourcensparendes Verhalten wurde deutlich erhöht.

Durch die im November etablierte Mülltrennung wird deutlich mehr Material recycelt, somit erfolgt ein aktiver Beitrag zur Einsparung von Treibhausgas.

## **Arzneimittelmanagement**

### **Ziele**

Das Ziel ist es, den Einsatz von Arzneimitteln in unserer Praxis umweltbewusst zu gestalten, die Umweltbelastung zu minimieren und gleichzeitig die Gesundheit unserer Patient\*innen optimal zu gewährleisten.

### **Maßnahmen**

Wir haben ein Medikationsmanagement in unserer Software implementiert, das Doppel- oder Fehlverordnungen erkennt, die wir so vermeiden können. Der Medikationsplan wird kontinuierlich überwacht hinsichtlich der Möglichkeit der Reduktion oder des Absetzens des Medikamentes. Für einzelne Substanzgruppen wurde ein Schema zur Reduktion erstellt.

Medikamente, die eine geringere Umweltbelastung haben, werden bei der Verschreibung priorisiert (Pulverinhalatoren statt Druckgasinhalatoren). Der Antibiotikaeinsatz erfolgt rational. Insgesamt verordnen wird bedarfsgerecht, um Überbestände zu vermeiden. Monatlich erfolgt die Überprüfung von unseren Lagerbeständen, um den Verbrauch abzuschätzen und nur bedarfsgerecht nachzubestellen.

Um das unkontrollierte Aufsuchen verschiedener Fachärzte zu minimieren, schreiben wir bei Patientenwunsch unsere Patient\*innen in das HZV-Programm ein und koordinieren so die Behandlung mit. So ist gewährleistet, dass keine Doppelverordnungen entstehen bzw. wir Informationen über verordnete Medikamente erhalten.

## **Ergebnisse**

Das Bewusstsein für bestimmte Verordnungen und mögliche Reduktion wurde geschärft und die Verordnungszahlen für PPI konnten leicht gesenkt werden.

Patienten werden im Wartezimmer über die korrekte Entsorgung von Medikamenten informiert.

## **Hitzeschutzplan**

### **Ziele**

Wir als Arztpraxis wollen auf zukünftige Hitzewellen optimal vorbereitet sein, um die Gesundheit und das Wohlbefinden von Patient\*innen und Mitarbeitenden zu schützen. Ein gut durchdachter Hitzeschutzplan hilft, hitzebedingte Gesundheitsprobleme zu vermeiden und den Praxisbetrieb auch bei hohen Temperaturen reibungslos aufrechtzuerhalten.

Der Hitzeschutzplan beinhaltet sowohl präventive Maßnahmen wie auch effektive Reaktionen.

### **Maßnahmen**

Für unsere Praxis entwickelten wir einen internen Hitzeschutzplan, der u.a. die adäquate Kühlung der Praxisräume sowie die etwaige Anpassung der Arbeitszeiten und auch Arbeitsaufgaben in Hitzewellen beinhaltet, um körperlich anstrengende Tätigkeiten während der heißesten Stunden zu vermeiden.

Insbesondere unsere gefährdeten Patienten wollen wir im Vorfeld proaktiv über die Gefahren der Hitze, geeignete Schutzmaßnahmen und die eventuell notwendige Anpassung von Medikamenten beraten. Hierfür händigen wir auf Wunsch Informationsmaterial aus.

Eine Schulung des gesamten Praxisteam in der Erkennung und Erstversorgung von hitzebedingten Gesundheitsproblemen (z.B. Hitzschlag, Dehydrierung) erfolgte im Oktober 2024.

## **Ergebnisse**

Ein Hitzeschutzplan wurde erstellt, entsprechende Dokumente für die Patienten vorbereitet (Verweis auf Hitze Manual des HÄVG), das Praxisteam im Rahmen der Notfallschulung in der Erkennung und Erstversorgung von hitzebedingten Gesundheitsproblemen (z.B. Hitzschlag, Dehydrierung) geschult

## **Mobilität**

### **Ziele**

Ziel ist es, umweltfreundliche Mobilitätslösungen zu fördern, indem man die Erreichbarkeit der Praxis für Patient\*innen erhöht und Pendelbewegungen der Patient\*innen und Mitarbeitenden reduziert und so den CO<sub>2</sub>-Ausstoß verringert.

### **Maßnahmen**

Für die Mitarbeitenden übernimmt die Praxis das HVV -Ticket, so dass eine umweltfreundliche Anreise gefördert und auch wahrgenommen wird. Auch Patienten werden zur umweltfreundlichen Anreise motiviert, Fahrradständer stehen vor der Praxis bereit, die Praxis ist gut mit ÖPNV zu erreichen, dies wird auch auf der Internetseite hervorgehoben. Praxisnahe Hausbesuche (auch der VERAH) erfolgen mit dem bereitgestellten Fahrrad.

Bei Betriebsausflügen und Fortbildungen erfolgt die Anreise mit ÖPNV oder es werden Fahrgemeinschaften gebildet.

### **Ergebnisse**

Die Anreise mit ÖPNV sowie Fahrrad wurde auf der Internetseite hervorgehoben, eine Verlinkung zur HVV-Seite installiert.

## **Arbeitsbedingungen**

### **Ziele**

Ziel ist es, das Team auf die neuen Herausforderungen in Bezug auf den Klimawandel optimal vorzubereiten. Gesunde Arbeitsbedingungen im Kontext des Klimawandels sind entscheidend, um das Wohlbefinden der Mitarbeiter zu fördern und gleichzeitig die Resilienz in Bezug auf die ökologischen Herausforderungen zu erhöhen. Ein gut funktionierendes Team kann sich gemeinsam diesen Herausforderungen stellen.

## **Maßnahmen**

In unserer Praxis fördern wir eine offene und respektvolle Kommunikation. Ausführliche Teambesprechungen zur Besprechung von Anliegen und Verbesserungsvorschlägen finden regelmäßig statt und werden protokolliert.

Mitarbeitergespräche finden seit 10/24 1x jährlich statt, um ein feedback zu bekommen und die individuellen Wünsche zu erfassen sowie auf Fort-, -und Weiterbildungswünsche einzugehen.

Wir legen viel Wert auf eine gute Aus- und Weiterbildung und fördern Fortbildungen.

Wir bieten verschiedene Arbeitszeitmodelle an, um den unterschiedlichen Lebenssituationen der Mitarbeitenden gerecht zu werden.

Mindestens einmal jährlich erfolgen Schulungen im gesamten Team, darüber hinaus organisieren wir zweimal jährlich Betriebsausflüge, um den Zusammenhalt im Team zu stärken.

## **Ergebnisse**

Die ersten Mitarbeitergespräche fanden statt, gewünschte Umstrukturierungen der Arbeitszeiten sind daraufhin erfolgt. So sollen Überstunden vermieden und gleichzeitig die Qualität unserer Arbeit auf höchstem Niveau gehalten werden.

## **Patienteninformation und Beratung**

### **Ziele**

Der Klimawandel hat bereits spürbare Auswirkungen auf unsere Gesundheit und bringt verschiedene Gesundheitsrisiken mit sich. Wir möchten unserer Patient\*innen über die Zusammenhänge zwischen klimatischen Veränderungen und gesundheitlichen Auswirkungen aufklären und gleichzeitig Möglichkeiten aufzeigen wie er/sie sich und die Umwelt schützen kann.

### **Maßnahmen**

In der Patientenberatung, insbesondere im Rahmen der GU erfolgt die Integration von nachhaltigen Ansätzen in die Gesundheitsberatung, z.B. Empfehlung zu nachhaltigen Arzneimitteln, Bewegungsförderung und Ernährung.

In Bezug auf Gefahren der Hitze beraten wir insbesondere unsere gefährdeten Patienten im Vorfeld proaktiv über geeignete Schutzmaßnahmen und die eventuell notwendige Anpassung von Medikamenten beraten. Hierfür händigen wir auf Wunsch Informationsmaterial aus

## **Ergebnisse**

Das Bewusstsein der Patient\*innen für nachhaltiges Verhalten soll geschärft werden. Eine Objektivierung von Ergebnissen schwer möglich.