

## Wie zijn de kwetsbare groepen voor zowel hittegerelateerde gezondheidsproblemen als voor COVID-19?

Iedereen kan ziek worden door zowel hittestress als COVID-19. COVID-19 heeft de fysiologische en sociale gevoeligheid van veel kwetsbare groepen bij warm weer echter verder versterkt.

Personen met COVID-19 zijn extra kwetsbaar voor warmtegerelateerde ziekten én personen met hittestress zijn extra kwetsbaar zijn voor het SARS-CoV-2-virus.

Volgende personen worden als het meest kwetsbaar beschouwd voor zowel COVID-19 als voor hittestress:

- Ouderen (> 65 jaar en vooral > 85 jaar);
- Mensen met onderliggende gezondheidsproblemen, waaronder hart- en vaatziekten, longziekte, nierziekte, diabetes / obesitas, psychische problemen (psychiatrische stoornissen, depressie);
- Mensen die medicijnen gebruiken: sommige medicijnen voor de hierboven genoemde ziekten schaden de thermoregulatie. De impact van behandeling voor COVID-19 is momenteel onbekend, maar moet worden gecontroleerd om eventuele extra kwetsbaarheid te beoordelen.
- Mensen die uitgesloten of geïsoleerd zijn (daklozen, migranten met taalbarrières, alleenwonende ouderen) en mensen met een laag inkomen, ontoereikende huisvesting of zonder vaste huisvesting;

Preventieve zorg moet prioriteit krijgen bij deze meest kwetsbare groepen. Hittestress zal een extra belasting vormen voor de gezondheid, bovenop een reeds aanwezige suboptimale functie van het immuunsysteem bij sommige kwetsbare groepen. Daardoor kan de immuniteit tegen COVID-19 bij sommige mensen verder verzwakken. Bovendien kunnen COVID-19-preventiemaatregelen, zoals "blijf in uw kot", de isolatie en de kwetsbaarheid voor extreme hitte verergeren. De sociale netwerken van veel van deze groepen mensen zijn mogelijk niet of onvoldoende beschikbaar vanwege COVID-19, waardoor ze nog kwetsbaarder worden. Doelgerichte adviezen geven over hoe je veilig een warmteperiode doorkomt, zoals hoe je het binnen koel kan houden, is van cruciaal belang.

Personen met een cognitieve problemen, waaronder dementie bij ouderen en mensen met leerproblemen, kunnen ook een verhoogde kwetsbaarheid hebben. Deze mensen vinden het misschien moeilijk om berichten over warmte en berichten over fysieke afstand en hygiëne te begrijpen.

### Wat kan je doen?

- Zorg ervoor dat deze kwetsbare groepen weten hoe ze hun huis koel kunnen houden en dat ze zichzelf koel kunnen houden voordat de temperaturen beginnen te stijgen.
- Overweeg om telefoonsystemen te gebruiken voor dagelijkse check-ins met de



meest kwetsbaren tijdens een warmteperiode om de behoefte aan persoonlijke interacties als gevolg van COVID-19 te verminderen. Op sommige plaatsen worden al telefoonsystemen gebruikt om de meest kwetsbaren van een voorspelde warmteperiode te waarschuwen. Sociale dienstverleners, huisartsen en gemeenten kunnen helpen bij het opzetten van een systeem. Als er al een systeem bestaat, overweeg dan om hier reclame voor te maken om de inschrijving te vergroten.

- Stem formele en informele systemen voor sociale dienstverlening met elkaar af om kwetsbare personen te identificeren en hen effectiever te bereiken met kernboodschappen.
- Merk op dat gezondheidswerkers die persoonlijke beschermingsmiddelen (PBM) dragen, ook kwetsbaarder zullen zijn voor hittestress.

Bron: <http://www.ghin.org/heat-and-covid-19/vulnerability>

