

Planer och
strategier

Värmebölja och höga temperaturer

Handlingsplan och råd för dig som
jobbar på Kalmar kommun



Kalmar kommun

piren.kalmar.se



Tillsammans gör vi ett
Kalmar för alla ännu bättre

Innehåll

Allmänna råd vid höga temperaturer	4
Målgrupp.....	5
Hälsoeffekter av värmebölja och höga temperaturer.....	6
Reaktioner och symptom på värme	7
Specifika insatser	8
Värmevarningar	8
Larmkejda inom kommunen.....	9
Ta hjälp för att sprida budskapet	9
Checklistor för chefer och medarbetare i Kalmar kommun.....	10
Generell information för chefer, gällande arbetsmiljö.....	11
Checklista för dig som jobbar inom hemtjänst och hemsjukvård.....	13
Checklista för dig som jobbar inom särskilda boendeformer	14
Checklista för kommunala sjuksköterskor.....	16
Checklista för dig som jobbar inom förskola, pedagogisk omsorg och fritidshem.....	18
Checklista för dig som jobbar inom öppna verksamheter	19
Vid elavbrott och störningar i fjärrkyleleveranser	20
Övrigt att tänka på.....	21
Läkemedelsförvaring	22

Allmänna råd vid höga temperaturer



Var uppmärksam på inomhustemperaturen

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



Uppmuntra till ökat vätskeintag

Undvik stora mängder söta och koffeinhaltiga drycker samt alkohol. Servera gärna vätskerik mat, till exempel grönsaker och frukt. Hjälp särskilt små barn, äldre och personer med funktionsnedsättning att dricka. Personer med specifik sjukdom, överväg vätskelista och viktkontroll då det kan föreligga risk för övervätskning. Se checklista läkare/sjuksköterska.



Försök ordna en sval miljö

Utnyttja gardiner, persienner och markiser och fläktar i boendemiljön. Det är viktigt att känsliga personer vistas i bostadens eller boendets svalaste plats. Vädra nattetid när det är svalt. Tänk på att temperaturen kan skilja sig åt med flera grader i olika rum. När du vistas utomhus - sök skuggiga platser!



Ordna svalkande åtgärder

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



Uppmana till minskad fysisk aktivitet

Framför allt under dygnets varmaste timmar.



Var extra uppmärksam vid tecken på värmepåverkan

Varningstecken kan vara förhöjd kroppstemperatur, puls, och andningsfrekvens, yrsel och onormal trötthet. Muntorrhet och minskade urinmängder kan vara tecken på vätskebrist. Tänk på att febernedsättande mediciner kan förvärra tillståndet.

RISKGRUPPER

- äldre
- personer med funktionsnedsättning
- kroniskt sjuka
- hjärt- och kärlsjuka
- lungsjuka
- njursjuka
- personer med allvarlig psykisk sjukdom
- demenssjuka
- sängliggande
- socialt isolerade
- gravida
- spädbarn och små barn
- personer som tar läkemedel som påverkar kroppens reglering av värme
- personer som är fysiskt aktiva och/eller arbetar i en ansträngande miljö eller kontorsmiljö.

Målgrupp

Handlingsplanen för värmebölja och höga temperaturer vänder sig till dig som arbetar inom kommunen, inom exempelvis förskola, hemtjänst, hemsjukvård eller särskilda boendeformer. Planen tar upp hur hälsoeffekter vid värmebölja och höga temperaturer hanteras, som stöd finns här både checklistor och råd.

Du som arbetar med personer inom riskgrupper, tänk på att också du påverkas av värmen. Hur du upplever och klarar av värmen är individuellt.

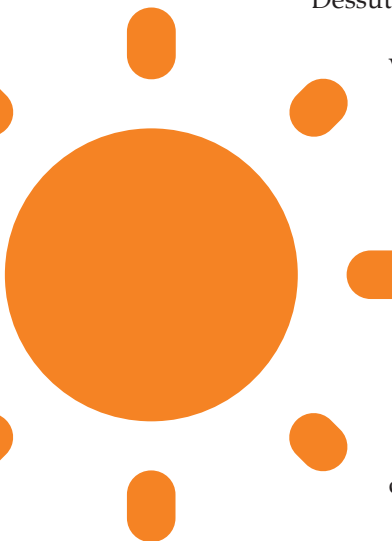
Hälsoeffekter av värmebölja och höga temperaturer

Det är välkänt att värmeböljor och höga temperaturer kan leda till hälsoproblem och ökat antal dödsfall, speciellt hos de äldre i befolkningen. Den dagliga dödligheten ökar med cirka tio procent om temperaturen når 26 grader eller mer tre dygn i rad och den ökar med ytterligare tio procent om temperaturen når 30 grader eller mer tre dygn i rad.

Med ett förändrat klimat får vi räkna med både en stigande medeltemperatur och att extrema väderförhållanden som värmeböljor och höga temperaturer blir vanligare. Då vi i Sverige inte är så vana vid höga temperaturer ses negativa hälsoeffekter redan vid lägre temperaturnivåer än till exempel i tropiska länder.

Extrem värme är farligt för alla, men äldre (över 65 år) och kroniskt sjuka personer utgör speciellt sårbara grupper.

Äldre personer är känsligare än yngre, eftersom de har en sämre temperaturreglering och nedsatt förmåga att känna törst. Dessutom har de oftare kroniska sjukdomar.



Värmen i sig medför att de ytliga blodkärlen vidgas och svettningen ökar. Om man inte hinner få i sig tillräckligt med vätska för att kompensera den ökade avdunstningen blir blodet mer koncentrerat och risken för blodpropp i hjärta och hjärna ökar. Om hjärtat inte klarar de ökade kraven på pumpförmåga kan det resultera i allvarlig hjärtsvikt. Värmerelaterade dödsfall hos äldre beror oftast på cirkulationsrubbingar.

Förekomst av kroniska sjukdomar som demens, fysiska handikapp, hjärt- och kärlsjuk-

dom, njursjukdom, astma eller KOL, men även diabetes, övervikt och allvarlig psykisk sjukdom, kan ytterligare öka risken för hälso-
problem vid värmebölja eller höga temperaturer. Vissa mediciner
som är vanliga bland äldre kan ge allvarligare biverkningar vid höga
temperaturer. Under en värmebölja kan, förutom den höga tempe-
raturen, även ökad luftfuktighet och luftföroreningar bidra till de
negativa hälsoeffekterna.

Reaktioner och symptom på värme

Huvuddelen av ökad sjuklighet/dödlighet under värmebölja/höga
temperaturer beror på hjärt- och kärlsjukdom och lungsjukdom,
samt medicineffekter. Dock bör man känna till att det finns ett antal
specifikt värmerelaterade symptom/sjukdomstillstånd, vilka även
kan drabba yngre och friska individer:

- Kramper på grund av uttorkning (dehydrering) och rubbning i saltbalans (elektrolytförlust). Ses framförallt vid intensiv sport-
utövning i värme.
- Utslag, små kliande röda knottror. Detta är ofarligt och går över
spontant.
- Svullnad (ödem) - yttrar sig vanligen som svullna anklar.
- Yrsel och svimning på grund av uttorkning och vidgning av
ytliga blodkärl (ofta vid samtidig hjärt-och kärlssjukdom och
medicinering).
- Utmattning: illamående, kräkningar och cirkulationskollaps.
Kan uppträda vid kroppstemperatur på 37-40 grader. Detta beror
på vatten- eller saltbrist och kräver snabb insats med nedkylning
och uppvätskning i enlighet med lokala vårdrutiner.
- Värmeslag kan uppstå vid obehandlad värmeutmattning och
är ett urakut tillstånd med förvirring, kramper, eventuell med-
vetandeförlust, het och torr hud och en kroppstemperatur som
överstiger 40,6 grader, vilket obehandlat kan ge organsvikt,
hjärnskada och leda till döden.

Specifika insatser

Generellt gäller att vid värmeutmattning och värmeslag ska inte febernedsättande ges, då det kan förvärra tillståndet. Personer som drabbas av utmattning och, eller värmeslag ska vårdas på sjukhus. Ofta är behandling på intensivvårdsavdelning nödvändig. Ta tempen, kyl ned och ge att dricka om personen är vid medvetande.

Ta kontakt med sjuksköterska för bedömning eller ring ambulans om det behövs. Det saknas ännu kontrollerade studier av vilken typ av vätskebehandling som är bäst för att lindra hälsoeffekterna av värme för äldre, varför specifik rekommendation inte kan ges i checklistorna. I de fall där specifik uppvätskande behandling behöver övervägas ska en individuell bedömning göras med hänsyn till:

- eventuell grundsjukdom
- medicinering
- lokala vådrutiner.

Värmevarningar

När väderprognoserna visar att temperaturen når 26°C eller mer tre dagar i följd, skickar SMHI förhandsinformation till ansvariga inom vård och omsorg via länsstyrelserna och kommunerna, för att öka beredskapen där.



SMHI:s varningssystem för värmebölja:

- Meddelande om värmebölja: Prognosen visar att maxtemperaturen ligger på minst 26°C tre dagar i följd.
- Klass 1-varning för värmebölja: Prognosen visar att maxtemperaturen ligger på minst 30°C tre dagar i följd.
- Klass 2-varning för värmebölja: Prognosen på att perioden med maxtemperatur på minst 30°C kan bli längre än fem dygn och eller att maxtemperaturen ligger på minst 33°C tre dagar i följd.

Larmkejda inom kommunen

Hur larmen förmedlas varierar lite beroende på var i organisationen vi arbetar.



Ta hjälp för att sprida budskapet

Det finns många aktörer att samarbeta med vid värmebölja och vid höga temperaturer, exempelvis:

- fastighetsbolag
- hemvärdet
- polisens volontärer
- Missing people
- räddningstjänsten
- grannsamverkansombud
- Kommunala pensionärsrådet (KPR)
- Kommunala rådet för funktionshinderfrågor
- god man (överförmyndarmyndigheten)
- kultur- och fritidsförvaltningen för att nå olika föreningar som får bidrag
- brevbärare.

A dark blue speech bubble with rounded corners and a tail pointing downwards and to the left. Inside the bubble, the text is written in white.

Checklistor för chefer
och medarbetare i
Kalmar kommun

Generell information för chefer, gällande arbetsmiljö

Arbetsförmågan påverkas eftersom hög värme inverkar på både kropp och sinne. Kroppens naturliga svar på hög värme är att sänka arbetstakten för att minska kroppens värmeproduktion. Uppmärksamhet och omdöme försämras och olycksfallsrisken ökar. Humöret påverkas av värmebelastningen på samma sätt som av annan stress.

Redan efter några dagars vistelse i värme påbörjas en värmeacklimatisering. Det är en anpassning av kroppens funktioner så att svettningen aktiveras vid en lägre kroppstemperatur. Även regleringen av blodcirkulationen förbättras. Största tolerans för värme nås dock först efter 8-10 dagars aklimatisering.

Vid denna typ av arbete måste arbetstiden i värme anpassas så att den totala påfrestningen på kroppen inte blir för stor. Med värmeträning kan kroppen klara högre värme men efter ett avbrott i arbetet, till exempel semester, behöver kroppen värmetränas på nytt.

Under sommartid bör temperaturen inomhus normalt ligga mellan 20 och 26 °C om arbetet är lätt och stillasittande.



Tillfälliga åtgärder vid arbete under värmebölja eller höga temperaturer



- Begränsa solinstrålningen.
- Avskärma eller flytta värmeavgivande maskiner.
- Stänga av onödiga värmekällor.
- Öka luftväxlingen genom fönstervädning på byggnadens skuggsida.
- Kör ventilationen nattetid.
- Använd bordsfläktar (ej i gemensamhetsutrymmen vid pågående smitta eller vid risk för smittspridning).
- Använd så svala kläder som möjligt.
- Använd i de fall det går mer informell klädsel.
- Ha god tillgång till vätska. Dricksvatten ska tillhandahållas på ett hygieniskt sätt inom ett rimligt avstånd från arbetsplatsen.
- Om möjligt, anpassa ditt arbete efter dygnets timmar och värmetoppar. Det kan exempelvis innebära att förskjuta arbetstid, kasta om ordningen för dina arbetsuppgifter, att prioritera arbete i skugga när det är stark sol, att ta längre pauser och om möjligt, att arbeta hemifrån.

Vissa åtgärder kräver beslut från chef eller ledning. Håll dig uppdaterad på vad som gäller via intranät och e-post eller annan kontakt med din chef.

Källa tillfälliga åtgärder: Arbetsmiljöverket, www.av.se

Checklista för dig som jobbar inom hemtjänst och hemsjukvård

Utöver de allmänna råden vid värmebölja och höga temperaturer bör du tänka på följande:

- Chef ansvarar för att informera medarbetare om risker med värmebölja och höga temperaturer på arbetsplatsträff. Informationen ska även finnas tillgänglig i pappersform och digitalt.
- Rekommendera omsorgstagare och patienter, lämpligtvis innan högsommarvärmen kommer, att införskaffa en fläkt.
- Alla medarbetarna ska årligen läsa igenom checklistan för verksamheten inför sommaren. Checklistan ska snabbt kunna spridas för alla medarbetare vid behov.
- Kraftig värme kan ha negativ effekt på äldre personer. Diskutera i arbetsgruppen hur ni inom er verksamhet bäst kan förbereda er på värmeböljor.
- Identifiera extra känsliga individer, med hjälp av omvårdnadsansvarig. Förutom hög ålder kan ett flertal olika kroniska sjukdomar, samt viss medicinering göra en individ extra sårbar vid värmebölja och höga temperaturer.
- Vissa bostäder kan bli mycket varma sommartid. Diskutera tillsammans om det finns bostäder i ert område som är särskilt utsatta, och vilka åtgärder ni kan tipsa omsorgstagaren om för att sänka temperaturen.
- Chef ansvarar för att ha beredskap för att vid en värmebölja omprioritera insatser och lägga fokus på omvårdnad istället för mindre akuta serviceinsatser (till exempel tvätt och städ). Vid en extrem och långvarig värmebölja kan det bli aktuellt att kalla in extrapersonal.
- Det ska finnas en ansvarig person för att ta emot larm om värmebölja och höga temperaturer - även under helger och semestertid. Den här personen ska veta var informationen finns och hur den sprids till kollegor.
- För fler medicinska råd, se separat checklista för sjuksköterska.

Checklista för dig som jobbar inom särskilda boendeformer

Utöver de allmänna råden vid värmebölja och höga temperaturer bör du tänka på följande:

- Chef ansvarar för att informera medarbetare om risker med värmebölja och höga temperaturer på arbetsplatsträff. Informationen ska även finnas tillgänglig i pappersform och digitalt.
- Informera omsorgstagare och brukare, lämpligtvis vid inflyttningsamtalet, om att de själva ansvarar för att införskaffa en fläkt till sin lägenhet.
- Kraftig värme kan ha negativ effekt på personer i riskgrupper och på äldre personer. Diskutera i arbetsgruppen hur ni inom er verksamhet bäst kan förbereda er på värmeböljor.
- Identifiera extra känsliga individer med hjälp av ansvarig sjuksköterska. Förutom hög ålder kan ett flertal olika kroniska sjukdomar, samt viss medicinering göra en individ extra sårbar vid värmebölja och höga temperaturer. Mer detaljerad information om detta finns i de särskilda råden för sjuksköterska.
- Om det inte går att hålla normal temperatur i hela boendet bör det ges tillgång till minst en lokal på varje enhet eller avdelning där temperaturen är mindre än 25 grader, så att extra känsliga personer kan vistas där under de varmaste timmarna.
- Temperaturen kan skilja mycket mellan olika rum. En termometer bör därför finnas uppsatt i alla bostäder på boendet, samt i allmänna utrymmen.
- Om temperaturen i en boendes lägenhet är över 25 grader bör de uppmanas att vara på en svalare plats tills temperaturen sjunkit.
- Se till att det finns möjlighet att minska värmen genom välfungerande luftkonditionering, och åtgärder som minskar värmeinstrålningen såsom ljusa gardiner, persienner och markiser.
- Kontrollera att fönster går att öppna för vädring under dygnets svala timmar. Tänk på att öppna fönster kan minska effekten av eventuell luftkonditionering.

- Se över behov av inköp av fläktar till gemensamhetsytor, enhetschef ansvarar för att fläktar finns på respektive enhet. Fläktar ska **undvikas på gemensamhetsytor** om det förekommer smitta eller risk för smittspridning på boendet.
- Chef ansvarar för att ha beredskap för att vid en värmebölja omprioritera insatser och lägga fokus på omvårdnad istället för mindre akuta serviceinsatser (till exempel tvätt och städ). Vid en extrem och långvarig värmebölja kan det bli aktuellt att kalla in extrapersonal.
- Det ska finnas en ansvarig person för att ta emot larm om värmebölja och höga temperaturer - även under helger och semestertid. Den här personen ska veta var informationen finns och hur den sprids till kollegor.
- För fler medicinska råd, se separat checklista för sjuksköterska.



Checklista för kommunala sjuksköterskor

Utöver de allmänna råden vid värmebölja och höga temperaturer bör du tänka på följande:

- Kronisk sjukdom och medicinering: Vissa sjukdomar och mediciner innebär ökad risk för komplikationer och dödsfall vid värmebölja. Patienter med hjärt- och kärlsjukdom, lungsjukdom och njursjukdom löper störst risk, men även personer med diabetes, kraftig övervikt, fysiska handikapp, neurologisk sjukdom, allvarlig psykisk sjukdom och demens har en ökad risk.
- De medicingrupper som oftast kan ge problem vid värmebölja är:
 - Diuretika, som kan ge elektrolytrubbning och minskad vätskevolym. Även ACE-hämmare kan ge dehydrering, men loop-diuretika verkar vara mest problematiska i detta avseende.
 - Antikolinergika, som ger torra slemhinnor och minskad svettning.
 - Psykofarmaka (framför allt neuroleptika), som genom att störa kroppens temperaturreglering kan minska svettproduktionen, men även medel mot depression kan ge ökad risk för komplikationer. Detta kan dels bero på en antikolinerg effekt, men även SSRI-preparat i kombination med diuretika (tiazid eller furosemid) ökar risk för elektrolytstörning (hyponatremi).
 - Antihypertensiva (bland annat betablockerare) kan liksom diuretika i samband med värmebölja bidra till en otillräcklig hjärtminutvolym. Dessutom ger antihypertensiva och antianginapreparat ett minskat artärtryck vilket kan orsaka bristfällig värmereglering via försämrad svettkörtelfunktion.
 - Litium, digoxin, anti-epileptika och preparat mot Parkinsons sjukdom har en smal terapeutisk bredd och uttorkning kan därför ge allvarliga biverkningar.
- Personer med hjärtsvikt och, eller diuretikabehandling kan behöva följas med vätskelista och tätare vägning än vanligt,

samt eventuellt kontroll av elektrolyter. Både uttorkning, övervätskning och elektrolytrubbning kan ge allvarlig försämring. Psykiska och fysiska funktionshinder kan medföra att man har svårare att uppfatta eller adekvat hantera kroppens varningssignaler vid värme och kan då behöva praktisk hjälp för att vidta åtgärder.

- Vid planerade vårdkontakter inför sommaren kan det finnas skäl att ge extra information till vårdtagare som tillhör någon av riskgrupperna. De bör under en eventuell värmebölja vara speciellt observanta på försämring av sin grundsjukdom och tecken på allvarlig värmereaktion.
- Oavsett om du är ansvarig för särskilt eller ordinärt boende kan det vara klokt att gå igenom listan över omsorgstagare och brukare och ta ställning till vilka personer som kan behöva individuella råd eller extra insatser i samband med värmebölja. Detta underlättar för den personal som arbetar under semesterperioden.

Checklista för dig som jobbar inom förskola, pedagogisk omsorg och fritidshem

Utöver de allmänna råden vid värmebölja och höga temperaturer bör du tänka på följande:

- Rektorer ansvarar för att informera medarbetare om risker med värmebölja och höga temperaturer på arbetsplatsträff. Informationen ska även finnas tillgänglig i pappersform och digitalt.
- Identifiera vilka personer som tillhör riskgrupper i er verksamhet, såsom barn med speciella sjukdomar och, eller funktionsnedsättningar.
- Om det inte går att hålla normal rumstemperatur på enheten bör det ges tillgång till minst en lokal på varje enhet eller avdelning där temperaturen är mindre än 25 grader, så att extra känsliga personer kan vistas där under de varmaste timmarna.
- Termometrar bör finnas i alla utrymmen.
- Se till att det finns möjlighet att minska värmen genom luftkonditionering där det finns och vidta åtgärder som minskar värmestrålning med markiser och persienner.
- Se över behov av inköp av fläktar till gemensamhetsytor, rektor ansvarar för att fläktar finns på respektive enhet. Fläktar ska undvikas om det förekommer smitta eller risk för smittspridning på enheten.
- Förebygg smittorisk genom noggrann handhygien, städning samt mathållning.
- Undvik allt för varm mat och varma drycker samt allt för kall dryck, vilket kan ge kramp.
- Uppmana till lätta och svala kläder samt huvudbonad vid utomhusvistelse.
- Informera vårdnadshavare kontinuerligt om vad de kan göra, samt om vilka förebyggande insatser som görs i verksamheten.



Checklista för dig som jobbar inom öppna verksamheter

Utöver de allmänna råden vid värmebölja och höga temperaturer bör du tänka på följande:

- Chef ansvarar för att informera medarbetare om risker med värmebölja och höga temperaturer på arbetsplatsträff. Informationen ska även finnas tillgänglig i pappersform och digitalt.
- Kraftig värme kan ha negativ effekt på äldre personer. Diskutera i arbetsgruppen hur ni inom er verksamhet bäst kan förbereda er på värmeböljor.
- Se till att det finns möjlighet att minska värmen genom väl fungerande luftkonditionering och åtgärder som minskar värmeinstrålningen så som ljusa gardiner, persienner och markiser.
- Kontrollera att fönster går att öppna för vädring under dygnets svala timmar, givetvis utifrån ett säkerhetshänseende. Tänk på att öppna fönster kan minska effekten av eventuell luftkonditionering.
- Se över eventuellt behov av inköp av fläktar, chef ansvarar för att det finns fläktar på enheten. Fläktar ska undvikas om det förekommer smitta eller risk för smittspridning på enheten.
- Informera besökarna om vilka åtgärder som kan och bör vidtas.

Vid elavbrott och störningar i fjärrkylleveranser

Elavbrott eller störningar i fjärrkylleveranser kan göra att vi behöver vidta åtgärder. Nedan följer en lista att ta ställning till, beroende på situation:

- Utplacering av portabla kylaggregat, fläktar, avfuktare och mobil reservkraft. Fläktar ska undvikas om det förekommer smitta eller risk för smittspridning på enheten.
- Förtätning inom verksamheten till rum med kylaggregat. Beakta också att varje person avger ganska mycket värme så det kan bli aktuellt att minska antalet personer, eller dela upp grupper. Vid behov prioriteras personer som är synnerligen värmekänsliga personer. Vid smitta eller risk för smittspridning är förtätning inte aktuellt.
- Sektionera om möjligt fjärrkylan i byggnaden till de mest kritiska verksamheterna och utrymmena. Stäng dörrar även inomhus för att minimera luftmängden som behöver kylas.
- Evakuering av personer till lokaler med kyla.
- Omplacera kylskåpsplacerade läkemedel om kylskåpen inte är kopplade till reservkraft. Öppna inte dörren i onödan.
- Töm kylar och frysar med livsmedel om strömavbrottet håller i sig. Öppna inte dörr till kyl och frys i onödan.

Övrigt att tänka på

- Blir det 35 °C så räcker förmodligen inte kylutrustning till att sänka temperaturen mer än till 25-27 °C.
- Fuktskador. Kondensering sker när vatteninnehållet i luft kyls av, var extra uppmärksam på kylanläggningar för droppande vatten. Det är inte nödvändigtvis något fel på utrustningen men samla upp vattnet med handukar och dylikt samt informera fastighetstekniker eller dylikt.
- Rondera i sommarstängda lokaler för att upptäcka fel.
- Kör ventilationen nattetid. Ofta är den avstängd denna tid.
- Placera ut mobila vattenposter där mycket människor rör sig.
- Öka frekvensen på provtagning av vatten vid badplatser.
- Kontrollera temperaturen i läkemedelsrum/skåp.
- Var noga med hygienrutiner och temperaturer på livsmedel för att undvika matförgiftning.
- Risken för inbrott ökar med öppna fönster, speciellt under de mörka timmarna.
- Undvik trafikkaos vid badplatser genom att anlita bevakningsföretag, parkeringsvakter samt samverka med polisen.
- Risk för drunkningstillbud ökar vid värmeböljor. Därför är det viktigt att säkerställa utryckningsvägar för räddningstjänst, ambulans och polis.

Läkemedelsförvaring

- Om ett kylskåp med läkemedel i går sönder, flytta läkemedlen till fungerade kylskåp.
- I ett rum som har för hög temperatur för förvaring av läkemedel, skärma av direkt solljus och se över ventilationen (eventuell kontakt med fastighetsförvaltare).
- Vid för höga temperaturer under en längre period, exempelvis under sommaren, behöver temperaturen dokumenteras dagligen om det är möjligt. Medicinskt ansvarig sjuksköterska, MAS, (eller delegerad personal) behöver med jämna mellanrum, minst en gång per vecka, göra en bedömning av den dokumenterade temperaturen enligt följande:
 - Hur har temperaturen (rum och kylskåp) varit under aktuell period sedan föregående bedömning?
 - Hur länge (antal veckor eller dagar) har det varit för höga eller för låga värden?
 - Har åtgärder som vidtagits tidigare gett några effekter?
 - Krävs några nya åtgärder?
 - Behöver något kasseras?



För att avgöra om läkemedel kan anses hålla tillräckligt god kvalitet för fortsatt användning trots förvaring i hög temperatur måste en bedömning göras från fall till fall - läkemedlets egenskaper, hur hög temperaturen varit och hur länge temperaturen varit hög styr. Aktuellt läkemedelsföretag kan hjälpa till i bedömningen.

Den allmänna rekommendationen är att praktiskt taget alla läkemedel som har anvisning om förvaring vid 25 grader klarar en kortare tid vid en högre temperatur (25-30 grader) till exempel ett par varma sommarveckor. Förvaringsanvisningarna är fastställda med tanke på läkemedlets hela hållbarhetstid (till exempel tre år).

Observera att läkemedel som ska förvaras i rumstemperatur **inte** får ställas in i kylskåp vid för höga rumstemperaturer.

✉ Kalmar kommun, Box 611, 391 26 Kalmar

☎ 0480-45 00 00

@ kommun@kalmar.se