



# Ökologische Nachhaltigkeit bei Hebammen

Informationen, Maßnahmenempfehlungen und praxisnahe  
Checklisten zur einfachen Umsetzung in Hebammenpraxen

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Gesundheit

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

# Inhaltsverzeichnis

---

|                                                                                                                       |           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1. Warum ist das Thema ökologische Nachhaltigkeit für Hebammen wichtig und welchen Beitrag können Sie leisten?</b> | <b>4</b>  |
| <b>2. 10 Maßnahmen für die sofortige Umsetzung</b>                                                                    | <b>6</b>  |
| <b>3. Relevante Handlungsfelder für Hebammen</b>                                                                      | <b>7</b>  |
| 3.1. Information und Sensibilisierung                                                                                 | 8         |
| 3.2. Organisation und Management                                                                                      | 9         |
| 3.3. IT-Ausstattung                                                                                                   | 10        |
| 3.4. Beschaffung                                                                                                      | 12        |
| 3.5. Verbrauchsmittel                                                                                                 | 13        |
| 3.6. Abfall                                                                                                           | 15        |
| 3.7. Hygiene und Desinfektion                                                                                         | 17        |
| 3.8. Mobilität                                                                                                        | 18        |
| 3.9. Büroausstattung                                                                                                  | 20        |
| 3.10. Räume und Gebäude                                                                                               | 21        |
| 3.11. Medizintechnik                                                                                                  | 22        |
| 3.12. Verpflegung und Catering                                                                                        | 24        |
| 3.13. Arzneimittel                                                                                                    | 25        |
| <b>4. Beispiele guter Praxis</b>                                                                                      | <b>26</b> |
| <b>5. Kontakte und weiterführende Informationen</b>                                                                   | <b>28</b> |
| <b>6. Referenzen</b>                                                                                                  | <b>31</b> |
| <b>7. Checkliste</b>                                                                                                  | <b>33</b> |
| <b>Impressum</b>                                                                                                      | <b>46</b> |



# 1. Warum ist das Thema ökologische Nachhaltigkeit für Hebammen wichtig und welchen Beitrag können Sie leisten?

Ein gesundes Gesundheitswesen erfordert ein aktives Engagement für unseren Planeten! Jede und jeder kann durch kleine Handlungen eine bedeutende Rolle spielen. Denn gemeinsam entfalten diese kleinen Handlungen große Effekte. Dieser Leitfaden bietet Ihnen wertvolle Informationen, Ideen und Motivation, um Veränderungen in Ihrer Praxis und Ihrem Handeln zu bewirken.

Auch wenn der Gesundheitssektor für jeweils etwa 5 % der deutschen Treibhausgasemissionen und des Ressourcenverbrauchs verantwortlich ist [1, 2], können Akteur:innen des ambulanten Gesundheitswesens durch kleine Beiträge die Umwelt- und Klimabelastungen reduzieren. Welche Möglichkeiten konkret bestehen, um nachhaltiger zu agieren, hängt stark von der Rolle und dem Engagement einzelner Akteur:innen ab. Hebammen können in ihrem Berufsalltag beispielsweise durch ressourcenschonende und innovative Ansätze einen wichtigen Beitrag leisten.

Als lösungsorientierte Change Agents haben Hebammen die Fähigkeit, ressourcenarme und zugleich effektive Lösungen zu finden und dabei stets das Klient:innen-Wohl im Blick zu behalten. Sie genießen das Vertrauen der Gesellschaft und können durch ihr Engagement für eine nachhaltige Gesundheitsversorgung einen entscheidenden Beitrag schaffen, um die ökologische Nachhaltigkeit im ambulanten Gesundheitssektor voranzutreiben [3].

Dieser Leitfaden nutzt die transformative Kraft von Hebammen und stärkt sie in ihrer Rolle als Wegbereiter:innen für eine klimasensible und resiliente Gesundheitsversorgung – zum Wohle der heutigen und zukünftigen Generationen. Jede kleine

Maßnahme kann hierbei einen Beitrag leisten, um die ökologische Nachhaltigkeit im Gesundheitswesen voranzubringen.

**Wir haben ca. 700.000 Mal im Jahr die Chance, die Welt zu einem besseren Ort für jedes neue Leben zu machen. Also, packen wir es an!**

Im Leitfaden werden ökologisch nachhaltige Maßnahmen zu verschiedenen Themen vorgeschlagen, denn im ambulanten Gesundheitssektor gibt es zahlreiche Handlungsmöglichkeiten, um ökologische Nachhaltigkeit zu fördern:

- **Information und Sensibilisierung:** Durch die Ernennung von Klimabeauftragten oder klimasensible Beratungen können Hebammen zur Information und Sensibilisierung beitragen.
- **Organisation und Management:** Mithilfe eines starken Managements und eines klaren Bekenntnisses zu nachhaltigen Praktiken können sie einen positiven Einfluss auf die Umwelt ausüben und gleichzeitig die Gesundheit der Menschen schützen.
- **IT-Ausstattung:** Digitalisierung kann eine Chance sein, um Ressourcen zu sparen. Hierbei ist es wichtig, sowohl energieeffiziente Hardware als auch ressourcenschonende Softwarelösungen zu wählen, um den Energieverbrauch zu minimieren.
- **Beschaffung:** Wenn Hebammen die Beschaffungsprozesse nachhaltig gestalten, können sie ihre Emissionen signifikant reduzieren. Bei der Beschaffung sollten dabei die Lebenszykluskosten von Produkten, einschließlich Anschaffungs-, Nutzungs- und Entsorgungskosten, aber auch die Auswirkungen von Produktion, Nutzung und Entsorgung auf die Umwelt berücksichtigt werden (sogenannte externe Umweltkosten).



- **Verbrauchsmittel:** Der bewusste Umgang mit und Verbrauch von Materialien ist ein weiterer, entscheidender Schritt, um zur Nachhaltigkeit beizutragen.
- **Abfall:** Ein zielgerichtetes Abfallmanagement und die Vermeidung von Einwegprodukten kann Abfall reduzieren.
- **Hygiene und Desinfektion:** Hebammen können nicht nur durch die eigene angemessene und richtige Verwendung von Desinfektionsmitteln zur ökologischen Nachhaltigkeit beitragen, sondern auch Klient:innen und deren Angehörige für die richtige Verwendung in der eigenen Häuslichkeit sensibilisieren.
- **Mobilität:** Hebammen können je nach Situation unterschiedliche Möglichkeiten der Mobilität nutzen, sich in Hebammenzentralen oder kleineren Hebammennetzwerken zusammenschließen und die Routen unter ökologischen Gesichtspunkten planen.
- **Büroausstattung:** Eine nachhaltige Einrichtung, z. B. durch eine ansprechende Optik und die Förderung eines angenehmen Raumklimas, kann zum Wohlbefinden von Mitarbeitenden und Klient:innen beitragen und so ihre Gesundheit fördern. Dabei sind neben Nachhaltigkeitsaspekten auch Arbeitsschutzfaktoren und Hygieneanforderungen zu beachten.
- **Räume und Gebäude:** Entscheidungen zum Bau, Umbau oder Instandsetzung von Gebäuden oder deren technischen Anlagen haben Auswirkungen auf die Höhe der Emissionen und damit langfristig auf die Nachhaltigkeit einer Einrichtung. Durch die grundsätzliche Ausrichtung der Einrichtung entfaltet sich eine zentrale Hebelwirkung für viele andere Bereiche wie z. B. Beschaffung oder Information und Sensibilisierung von Mitarbeitenden und Klient:innen.
- **Medizintechnik:** Der hohe Verbrauch an Ressourcen und CO<sub>2</sub>-Emissionen, der mit dem bislang üblichen Einsatz von Medizintechnik einhergeht, kann durch einen bewussteren Umgang mit Medizinprodukten reduziert werden.

- **Verpflegung und Catering:** Hebammen können Lebensmittel bevorzugen, die regional und saisonal erzeugt sowie aus fairem Handel stammen. Sie können umweltbezogene Standards für die Essens- und Getränkeverpflegung in das Qualitätsmanagement-Handbuch integrieren und Mitarbeitende sowie Klient:innen zu nachhaltigen Ernährungsformen und Ernährungsaspekten sensibilisieren.
- **Arzneimittel:** Um Umweltbelastungen zu vermeiden, können Hebammen auf die sparsame Nutzung von Arzneimitteln achten, diese richtig lagern und entsorgen.

Der folgende Leitfaden wurde im Rahmen des BMG-geförderten Projekts »Ökologische Nachhaltigkeit im ambulanten Gesundheitswesen« (ÖNaG) entwickelt und soll Hebammen dabei unterstützen, ihre ökologische Nachhaltigkeit zu verbessern, indem er thematisch gegliedert unterschiedliche Maßnahmen vorschlägt und weitere Informationen bereitstellt.

Nicht alle Herausforderungen können auf der Ebene einzelner Praxen umgesetzt werden, daher wurden im Projekt darüber hinaus übergreifende Handlungsempfehlungen für Politik, Hersteller und Selbstverwaltung entwickelt.

## 2. 10 Maßnahmen für die sofortige Umsetzung

---

Sie haben keine Zeit, sich den Leitfaden genauer anzusehen? Dann haben wir hier für Sie zehn Maßnahmen zusammengestellt, mit denen Sie starten können, um sofort den ökologischen Fußabdruck Ihrer Praxis zu reduzieren:

01. Schaffen Sie Bewusstsein und sensibilisieren Sie für Mehrwerte und Synergien bei einer **klimasensiblen Lebensweise**. Nutzen Sie das Konzept der **Klimasensiblen Gesundheitsberatung (KSGB)** in der Hebammenarbeit, bspw. im Rahmen der Geburtsvorbereitung, Schwangerschafts- und Wochenbettbetreuung.
02. Nutzen Sie Strom aus **erneuerbaren Energien** oder wechseln Sie zu einem Ökostromanbieter. Achten Sie zudem auf eine **unterbrechungsfreie Stromversorgung**.
03. Richten Sie in hebammengeleiteten Einrichtungen **nachhaltige Wickelplätze** ein und fördern Sie die Verwendung wiederverwendbarer Babypflegeprodukte wie Feuchttücher und Windeln.
04. Planen Sie Ihre **Routen** für Hausbesuche auch unter **ökologischen Gesichtspunkten**, bspw. indem Hausbesuche, die weiter entfernt sind und daher nur mit dem Auto angefahren werden können, sinnvoll zusammengelegt werden, um längere »Einzelstrecken« zu vermeiden.
05. **Löschen Sie alte E-Mails** (vor allem mit großen Anhängen) – das reduziert den Energieverbrauch von E-Mail-Servern und Rechenzentren.
06. Fördern Sie die **richtige Mülltrennung**: Kennzeichnen und platzieren Sie Abfallbehälter möglichst eindeutig (farblich markiert und mit dauerhafter Beschilderung), um die Mülltrennung zu erleichtern und die Menge von Rest- und Sondermüll zu reduzieren.
07. Nutzen Sie **umweltfreundliche Waschmittel**, d. h. biologische, VAH-zertifizierte Varianten von desinfizierenden Waschmitteln sowie umweltfreundliche Spülmittel.
08. Optimierung des Angebotes der Lebensmittel nach ökologischen Aspekten/Sensibilisieren Sie für Planetary Health Diet durch **nachhaltige Ernährungsformen** und Ernährungsaspekte in Ihrer klimasensiblen Beratung. Bevorzugen Sie **saisonale, regionale Produkte** und solche aus **biologischem Anbau und fairem Handel**.
09. **Binden Sie Familien in die Maßnahmen ein**: Informieren Sie Ihre Klient:innen und Familien über Ihre nachhaltige Praxisführung und bitten Sie um Unterstützung, indem diese bspw. ihre eigenen Thermometer, Gläser oder Handtücher mitbringen.
10. Setzen Sie auf den Einsatz **energieeffizienter LED-Beleuchtung** und **schalten Sie technische Geräte ab**, wenn Sie diese über einen längeren Zeitraum (bspw. über Nacht) nicht verwendet werden. **Vermeiden Sie lange Standby-Phasen** und vermeiden Sie den Autostart von Programmen.

### 3. Relevante Handlungsfelder für Hebammen

Durch Ihren stetigen Kontakt mit betreuten Klient:innen, Familien, Angehörigen, Studierenden der Hebammenwissenschaft, Ihren Kolleg:innen und Akteur:innen anderer Berufsgruppen und Sektoren können Sie andere Menschen mit Ihrem eigenen Verhalten dazu inspirieren und motivieren, ebenfalls auf ökologische Nachhaltigkeit zu achten. Auch im Präkonzeptionellen Kontext von der Schulzeit bis zum aktiven Kinderwunsch können Hebammen zur ökologischen Lebensweise anregen.

Gerade (werdende) Eltern zeigen Interesse an Informationen zur Gesundheitsförderung in der Schwangerschaft und im Umgang mit dem Kind. Oft nehmen sie gezielt edukative Angebote wie Geburtsvorbereitungskurse in Anspruch. Die Verantwortung für das erwartete Kind und die intensiven Erfahrungen von Schwangerschaft und Geburt öffnen ein sensibles Zeitfenster, in dem Eltern über die Zukunft nachdenken und mit Unterstützung und Beratung neue Sichtweisen entwickeln können.

#### Seien Sie Vorbild!

Sie tragen durch ihr eigenes Verhalten zu einem ökologisch nachhaltigen ambulanten Gesundheitswesen und einer Umwelt bei, die sich auch positiv auf eine gesunde Lebensweise auswirken kann.

#### Hinterfragen und optimieren Sie notwendige Prozesse:

Oft halten wir an vermeintlich bewährten, lieb gewonnenen und routinierten Arbeitsprozessen fest, obwohl es bessere Alternativen gibt, die nicht nur ressourcenschonender, sondern oft auch umweltverträglicher und effizienter oder sogar kurz- oder mittelfristig kostensparender sind. Prüfen Sie daher regelmäßig, ob bestimmte Prozesse notwendig oder noch sinnvoll sind oder durch andere Arbeitsweisen effizienter gestaltet werden können.

**Seien Sie bei der Umstellung geduldig mit sich selbst und Ihren Kolleg:innen, wenn neue Routinen und Maßnahmen eingeführt werden. Es dauert meist einige Wochen, bis Menschen neue Gewohnheiten entwickeln und akzeptieren und belohnen Sie sich und Ihre Kolleg:innen für die erfolgreiche Umsetzung.**



## 3.1. Information und Sensibilisierung

**Es geht um Information für Mitarbeitende und Klient:innen zum Zusammenhang von Klima- und Umweltschutz und Gesundheit (Planetary Health) sowie die Sensibilisierung für angepasstes Verhalten.**

Die Klimakrise, die sich u. a. in Form von Extremwetterereignissen, Abnahme der Biodiversität mit Auswirkungen auf das Ökosystem äußert, steigen auch die gesundheitlichen Herausforderungen jedes Einzelnen. Die veränderten Umweltbedingungen haben ganz konkrete Auswirkungen auf die menschliche Gesundheit: Schwangere, ungeborene und kleine Kinder sind besonders gefährdet, da ihre Entwicklungsprozesse sehr empfindlich auf Störungen reagieren [4, 5]. Bei Schwangeren sind die körpereigenen Regulationssysteme durch die Schwangerschaft bereits herausgefordert und belastet, während diese Systeme bei Babys und Kleinkindern noch nicht vollständig ausgereift sind. Auswirkungen von Klimawandel und Umweltverschmutzung können demnach nicht gut kompensiert werden. So erhöhen Hitzewellen bspw. die Raten von Schwangerschaftskomplikationen, Früh- und Totgeburten, während Feinstaubexposition und vektorübertragene Erkrankungen unter anderem die Fehlbildungsrate erhöhen [6]. Gleichzeitig ist der Gesundheitssektor äußerst ressourcen- und emissionsintensiv: Etwa 5 % der deutschen Treibhausgas-Emissionen sowie 5 % des Ressourcenkonsums sind durch den Gesundheitssektor zu verantworten [1, 2].

**Die menschliche Gesundheit ist untrennbar mit einem Leben auf einem gesunden Planeten verbunden.**

Mit den folgenden Maßnahmen können Sie ökologische Ressourcen reduzieren, um einen aktiven Beitrag zum Klima- und Umweltschutz zu leisten. Einerseits können Sie selbst tätig werden, denn durch ökologisch nachhaltige Praktiken und der Sensibilisierung für Umweltfaktoren können Sie entscheidend zur Verbesserung der allgemeinen Gesundheit und zur Reduktion ökologischer Belastungen beitragen. Andererseits können Sie **Schwangere und Familien** adressieren, indem Sie gezielte, klimasensible Beratung und transparente Kommunikation über nachhaltiges Handeln praktizieren.

### Maßnahmen, die Sie selbst umsetzen können

- **Erfassen und bewerten** Sie den Verbrauch von Ressourcen und Emissionen in Ihrer Praxis regelmäßig. Für eine erste Übersicht können Sie den [Fußabdruckberechner](#) nutzen, um, Ihren aktuellen Stand in Bezug auf ökologisch nachhaltige Praktiken zu identifizieren. In größeren Einrichtungen können Sie eine AG »Nachhaltigkeit« aus Mitgliedern der unterschiedlichen Teams gründen.
- **Organisation und Teamgeist:** Vernetzen Sie sich mit Kolleg:innen übergreifend für einen regelmäßigen **Austausch und zu Kooperationen**. Nutzen Sie Schulungen und Fortbildungen, um sich im Team fortzubilden. Bilden Sie Netzwerkgruppen/Arbeitsgruppen oder Qualitätszirkel (u. U. als Fortbildung anerkennbar, z. B. in NRW), bspw., um diesen Leitfaden in die Praxis umzusetzen. Nutzen Sie dabei die Gelegenheit, sich in intra- oder interprofessionellen Netzwerken, in Berufsverbänden oder in kommunalen Netzwerken auszutauschen.
- **Klima- und umweltsensibel praktizieren:** Hinterfragen Sie die Auswirkungen eigener Handlungen in Bezug auf Aspekte zur Nachhaltigkeit. Praktizieren Sie gemäß **geltender Leitlinien** und vermeiden Sie so Über-, Unter- und Fehlversorgung, besonders in Bezug auf soziale Ungleichheit.



### Maßnahmen, die Sie Schwangeren und Familien empfehlen können:

- Bewusstsein schaffen, Mehrwerte und Synergien erkennen: **Lebensstilberatung zu gesunder Ernährung und Bewegung** reduziert nicht nur schwangerschaftsrelevante Erkrankungen und Komplikationen, sondern trägt zur allgemeinen Verbesserung der Gesundheit bei. Ein kontinuierlicher, gesundheitsfördernder Lebensstil kann Kinder vor auftretenden Risiken und Erkrankungen im Lebensverlauf schützen. Ein gesunder Lebensstil hat zudem einen positiven Effekt auf das Herz-Kreislauf-System, weshalb diese Menschen auch mit klimatischen Veränderungen besser umgehen können.
- **Klimasensible Gesundheitsberatung (KSGB)** in der Hebammenarbeit (z. B. im Rahmen von Geburtsvorbereitung, Schwangerschafts- und Wochenbettbetreuung) [7, 8]: Das Konzept der KSGB ist **personenzentriert, respektvoll** und setzt auf **freiwillige Motivation**, wobei individuelle Anliegen, Werte und Grenzen der Klient:innen im Fokus stehen. Siehe [Kontakte und weiterführende Informationen](#).

## 3.2. Organisation und Management

Es geht um **Nachhaltigkeitsmanagement auf Leitungsebene, Dienstplanung, Ressourcenplanung und Digitalisierung der Managementprozesse**.

Insbesondere als selbstständig tätige Hebammen können Sie wesentliche Entscheidungen in puncto Nachhaltigkeit selbstständig treffen, indem Sie die grundsätzliche Ausrichtung Ihres Unternehmens bestimmen, Prioritäten setzen und Prozesse gestalten. In hebammengeleiteten Einrichtungen kann die Leitungsebene zudem über die Bereitstellung von Ressourcen entscheiden und die Kommunikation von Nachhaltigkeitszielen verfolgen. Erzielte Erfolge können gegenüber allen Beteiligten als Wettbewerbsvorteil und positive Signalwirkung genutzt werden.

**Mit Organisation und Management haben Sie den zentralen Hebel für ökologische Nachhaltigkeit in der Hand.**

Mit den folgenden Maßnahmen können Sie neben der Umwelt- und Ressourcenschonung auch Einsparpotenziale identifizieren und realisieren.

### Nachhaltigkeitsmanagement

- Entwickeln Sie gemeinsam eine **Nachhaltigkeitsstrategie** für Ihre Praxis einschließlich
  - Erfassen von **Kennzahlen** (z. B. Energie- und Wasserverbrauch, Abfallmengen),
  - Festlegen von **Zielen** anhand der festgelegten Kennzahlen bzw. Referenzgrößen (z. B. Ressourcenverbrauch),
  - Entwicklung eines **Maßnahmenplans** zur Erreichung der gesetzten Ziele,
  - Einführung von **Kontrollmechanismen** und Bewertung der Wirkungen der umgesetzten Maßnahmen,
  - Integration des Prozesses **Nachhaltigkeit ins Qualitätsmanagementsystem (QMS)** und ggf. Zertifizierung nach DIN EN ISO 9001 (bzgl. Anforderungen an QMS). Prüfen Sie, inwiefern Sie eine **klimasensible Arbeitsweise** und ggf. auch die Auswahl von Dienstleistern nach ökologisch nachhaltigen Kriterien in das QM aufnehmen können.



- In hebammengeleiteten Einrichtungen können sich **Nachhaltigkeitsbeauftragte bzw. Klimabeauftragte** im Team vertiefend mit dem Thema befassen und bspw. Nachhaltigkeitsberichte mit eigenem CO<sub>2</sub>-Fußabdruck und Ressourcenkonsum erfassen oder ein Kommunikationskonzept entwickeln, um Nachhaltigkeit als Wettbewerbsvorteil herauszustellen. Förderungen für Nachhaltigkeitsprojekte können Ihr Vorhaben unterstützen. Prüfen Sie, ob oder inwieweit die verantwortlichen Personen für ihre Arbeit freigestellt werden können.
- Achten Sie bei der Auswahl der Bank, von Finanzprodukten und Versicherungen auf die **ESG-Kriterien** (Environment, Social, Governance). Prüfen Sie, inwiefern Sie auch auf nachhaltige Fachsoftware umsteigen können (siehe [Kapitel 3.3 IT-Ausstattung](#)).
- Nutzen Sie Strom aus erneuerbaren Energien oder wechseln Sie zu einem Ökostromanbieter.

## Digitalisierung

- Reduzieren Sie den Papierverbrauch, indem Sie nur diejenigen Dokumente analog vorhalten, die nicht digital unterschrieben werden können. Prüfen Sie in diesem Zusammenhang die Möglichkeit der **digitalen Dokumentation, digitalen Unterschrift und digitalen Kommunikation** (z. B. bei Einwilligungen, Leistungsnachweisen, Zuzahlungen, Quittungen, Terminbestätigungen). Nutzen von Ökopapier, wenn keine Digitalisierung möglich ist.
- Nutzen Sie die **Anbindung an die Telematik-Infrastruktur (TI)**, um schnell, zuverlässig und sicher mit anderen Akteur:innen im Gesundheitswesen zu kommunizieren.
- Prüfen Sie die **Möglichkeiten des mobilen Arbeitens** für bestimmte Aufgaben und nutzen Sie Online- und Telefon-Beratungstermine. Versenden Sie digitale Terminerinnerungen (z. B. SMS, E-Mail) an Schwangere/Familien, ggf. auch mit Kalendereintrag (ics).
- Achten Sie auf die Erstellung einer **nachhaltigen Website**, die mit erneuerbaren Energien betrieben wird, und verzichten Sie auf aufwändige Grafiken Videos oder Bilddateien. Schlanke, nachhaltige Webseiten können den Datentransfer und damit den CO<sub>2</sub>-Verbrauch reduzieren [9].

## 3.3. IT-Ausstattung

**Dieser Abschnitt befasst sich mit IT-Infrastruktur, deren Energieeffizienz, Langlebigkeit und Umgang mit Geräten.**

Die IT ist in vielen Einrichtungen einer der größten Stromverbraucher. Neben der Hardware spielt hier insbesondere auch die Software eine wichtige Rolle, da sie maßgeblich dafür verantwortlich ist, wie energie- und hardwareintensiv eine Funktion ausgeführt wird.

**Nachhaltige IT beginnt nicht erst bei Soft- und Hardware, sondern mit dem eigenen Handeln.**

Achten Sie bei der Anschaffung von Hard- und Software auf die Energieeffizienz und Langlebigkeit und ergreifen Sie Maßnahmen zur Reduktion des Verbrauchs, indem bspw. ein ressourcenschonender Umgang eingeübt wird. Nutzen Sie die Chancen digitaler Medien (z. B. durch Papierreduktion, erweiterte Reichweite) und achten Sie gleichzeitig darauf, Ressourcen wie Strom und Hardware effizient einzusetzen.



## Planung

- Beim Neukauf die Anschaffung von »**Refurbished**«-Geräten in Erwägung ziehen, also gebrauchten und aufbereiteten Geräten, um Elektroschrott zu reduzieren (auch Leasingmodelle sind hier möglich). Bei erforderlicher Neuanschaffung von Hardware auf die Erfüllung der Anforderungen der jeweils gültigen Fassung des Energy Stars oder eine gute Energieeffizienzklasse achten (A und B).
- **Cloud-Anbieter** ggü. einer lokalen Server-Infrastruktur **bevorzugen**, da Cloud-Lösungen deutlich energieeffizienter sind und vor Ort in der ambulanten Gesundheitseinrichtung keine Hardware erneuert werden muss [10]. Falls doch eigene Server genutzt werden, diese in möglichst kleinen, kühlen Räumen aufstellen und kühlen. Wo vorhanden, einen Glasfaseranschluss gegenüber anderen Infrastrukturen wie z. B. einem Kabelanschluss bevorzugen, da er deutlich energieeffizienter ist [11].
- Der **Einsatz von USV-Systemen** (Unterbrechungsfreie Stromversorgung) schützt die Geräte vor Spannungsspitzen und Stromausfällen, die Hardware beschädigen könnten.
- Prüfen Sie, inwiefern Sie auf **nachhaltige Fachsoftware** umsteigen können, sofern diese bereits verfügbar ist (bspw. der Firmen Hebrech, MIYA oder AZH).

## Neuanschaffungen

- **Keine unnötig großen Bildschirme** wählen, diese verbrauchen mehr Strom und Ressourcen.
- Möglichst keine kabellosen Geräte wie z. B. Tastaturen oder Computermäuse kaufen, da sie Akkus benötigen; falls solche Geräte schon vorhanden sind, schalten Sie diese bei Nichtbenutzung aus und bevorzugen Sie aufladbare Akkus/Batterien.
- Nutzen Sie **nachfüllbare Tanks** statt Patronen für Ihren Drucker und setzen Sie Filter gegen Feinstaub und Ozon ein. Schalten Sie Drucker aus, wenn diese über einen längeren Zeitraum (bspw. über Nacht) nicht verwendet werden, vermeiden Sie lange Standby-Phasen.
- Keine neuen Faxgeräte anschaffen, stattdessen **digitale Alternativen zum Fax** nutzen (dafür wird lediglich ein Scanner benötigt).
- **Grüne Ethernet-Switches** verwenden, die den Transceiver in einen energiesparenden Schlafmodus versetzen.

## Nutzung und Wartung

- Key-User tragen Verantwortung für die Wartung (als Qualitätssicherungsmaßnahme).
- Schalten Sie Computer aus, wenn diese über einen längeren Zeitraum (bspw. über Nacht) nicht verwendet werden, **vermeiden Sie lange Standby-Phasen**. Nutzen Sie automatisierte Einstellungen zum Ausschalten der Geräte und vermeiden Sie den Autostart von Programmen. Optimieren Sie Bildschirmeinstellungen für Komfort und Nachhaltigkeit (Energiesparmodus, Helligkeit usw.) und aktivieren Sie Bildschirmschoner/Push-Nachrichten mit dem Hinweis: »Bitte Bildschirm abschalten«.
- Nutzen Sie **nachhaltige Suchmaschinen** (bspw. [Ecosia.org](https://ecosia.org), [gexsi.com](https://gexsi.com), [qwant.com](https://qwant.com)). Schließen Sie Programme, die Sie gerade nicht aktiv nutzen.
- **Grüne E-Mail-Anbieter** nutzen, sie verwenden Strom aus erneuerbaren Energien (z. B. [mailbox.org](https://mailbox.org), [posteo.de](https://posteo.de), [tuta.com](https://tuta.com); siehe hierzu: [Nachhaltige E-Mail-Adresse](#)). Alte E-Mails löschen (vor allem mit großen Anhängen) – das reduziert den Energieverbrauch von E-Mail-Servern und Rechenzentren. In der internen E-Mail-Kommunikation keine Anhänge verschicken, sondern auf Dateien verlinken. Bei öffentlich verfügbaren Dokumenten ist dies auch in der Kommunikation nach außen möglich.
- Staubentfernung, **regelmäßige Überprüfung** und Ersatz defekter Komponenten, um die Lebensdauer von Hardware zu verlängern.

- **Regelmäßige Sicherheits- und andere Softwareupdates** durchführen, sie schützen nicht nur vor Sicherheitslücken, sondern erhöhen auch die Effizienz.

### Nicht mehr benötigter oder defekte IT-Geräte

- Prüfen Sie, ob nicht mehr benötigte **Hardware gespendet oder weiterverkauft** werden kann, um einen zweiten Lebenszyklus zu ermöglichen. Vor der Weitergabe sollten die Daten vollständig gelöscht werden. Stellen Sie dabei sicher, dass alle gespeicherten Daten vor der Löschung verschlüsselt waren, dadurch werden wiederhergestellten Daten unlesbar und somit unbrauchbar. Binden Sie ggf. IT-Fachkräfte auf Honorarbasis ein, falls Sie über keine interne IT-Abteilung verfügen.
- **Entsorgen** Sie defekte Geräte **fachgerecht** (Wertstoffsammlung).

## 3.4. Beschaffung

**Es geht um Einkauf und Beschaffung unter Berücksichtigung von Bedarf, Langlebigkeit, Produktion, Recycling und Abfall.**

Umweltfreundliche Produkte schonen das Klima durch geringeren Verbrauch natürlicher Ressourcen, sie sind schadstoffärmer und verursachen weniger Emissionen. Wer gezielt umweltfreundlich einkauft, hilft nicht nur die ökologische Nachhaltigkeit zu stärken, sondern auch der Markteinführung umweltschonender Produkte und Dienstleistungen.

**Mit kleinen Schritten zu großen Zielen heißt viel gewinnen und wenig verspielen.**

Definieren Sie zunächst Ihre Ziele in Bezug auf nachhaltige Beschaffungsprozesse in Ihrer Einrichtung. Anschließend können Sie diese priorisieren und ggf. andere am Beschaffungsprozess beteiligte Personen einbinden bzw. informieren. Im nächsten Schritt werden die Beschaffungsprozesse, um die ausgewählten Nachhaltigkeitsaspekte erweitert.

- Orientieren Sie Beschaffungsvorgänge an **ökologischen Kriterien**, z. B. an der Herkunft (falls Lieferketten bekannt) und Verpackung und bevorzugen Sie regionale Produkte mit kurzen Transportwegen. Wählen Sie nachhaltige Materialien aus: Beachten Sie den Anteil von Sekundärrohstoffen bzw. wählen Sie recyclingfähige Materialien. Achten Sie beim Einkauf auf ökologische Kriterien zu Zuschlagskriterien, z. B. das Vorliegen von Umweltmanagementprogrammen, Öko-Siegeln (siehe Kapitel [Kontakte und weiterführende Informationen](#)) oder EMAS-Zertifizierung des Herstellers (die Gewichtung der einzelnen Kriterien für die Zuschlagserteilung ist anzugeben). Bevorzugen Sie regionale Produkte mit kurzen Transportwegen. Geprüfte Secondhand-Produkte sind zu erwägen.
- Nutzen Sie **digitale Tools**, Online-Plattformen oder digital bearbeitbare Bestands- und Bestelllisten. Belassen Sie die Zuständigkeit für Bestellungen bei festem Personal bzw. nutzen Sie ein eindeutiges Nachverfolgungssystem für die Beschaffung (feste Bestelltage, transparente und regulierte Bestell- und Bestandslisten).
- Nur die benötigte **Anzahl der Ausstattungsausensilien** beschaffen und auf deren Mobilität achten (z. B. Babywaage oder PC/Dokumentationstool), die sowohl in Praxis als auch bei Hausbesuchen verwendet werden können.



- Beschaffen Sie Produkte, die aufgrund der Hygienerichtlinien umgefüllt werden dürfen, in **großen Nachfüllpackungen** oder als Konzentrate, z. B. Seife, Ultraschallgel und Reinigungs- und Putzmittel. Achten Sie dabei darauf, dass die Größe und das Verfallsdatum mit dem tatsächlichen Bedarf abgestimmt sind, um unnötigen Abfall zu vermeiden.
- Bei der Beschaffung von **Arbeits- und Berufsbekleidung**, die aus Baumwolle bestehen, sollte angestrebt werden, dass die Baumwollfasern aus kontrolliert biologischem Anbau (kbA) stammen.
- Bündeln Sie Bestellungen und bestellen Sie in größeren Mengen (nicht jedoch über den Bedarf hinaus), um die Lieferung von Einzelstücken und Müll bei Lieferungen zu vermeiden. Bilden Sie eine **Beschaffungs-/Nutzungs- oder Einkaufs-Gemeinschaft** mit anderen Berufsangehörigen oder schließen sich einer solchen an, z. B. für Großpackungen oder Geräteprüfungen. Bei räumlicher Nähe anderer medizinischer Einrichtungen (z. B. lokale Gesundheitszentren, MVZ mit Klinikanbindung etc.) vermeiden Sie damit Materialverschwendung und setzen Ressourcen effizient ein, ohne dass zusätzliche Transportwege entstehen.
- Treten Sie in Kontakt mit Herstellern, um **Herstellerwerbung** auf »Klimafreundlichkeit« zu prüfen und geben Sie ggf. auch eine Rückmeldung. Bevorzugen Sie Hersteller, die Maßnahmen zur Nachhaltigkeit umgesetzt haben, wie z. B. Energie aus eigenen Quellen nutzen (Solaranlage), Weiterverwertung (z. B. Ionen-Batterien), Upcycling oder umweltgerechte Entsorgung im Konzept oder Preis mitgedacht haben oder für eine lange Zeit Ersatzteile anbieten.
- Geben Sie Händlern eine **Rückmeldung**, wenn die **Verpackungsgröße** nicht dem Inhalt entspricht, und verweisen Sie ggf. auf das Verpackungsgesetz. Nehmen Sie keine kostenlosen Proben/Kleinstpackungen von Herstellern an und verteilen diese auch nicht weiter, wenn sie Plastik enthalten.

## 3.5. Verbrauchsmittel

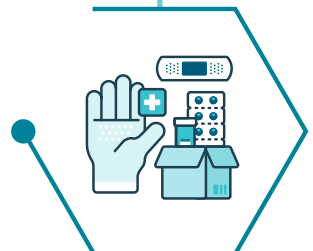
**Es geht um die Reduktion und bedarfsgerechte Nutzung von emissionsärmeren Verbrauchsmaterialien wie Handschuhe, Einmalunterlagen, Nahtmaterial, Lanzetten, Monovetten, Binden, Kompressen, Tupper, Infusionen, Büromaterial.**

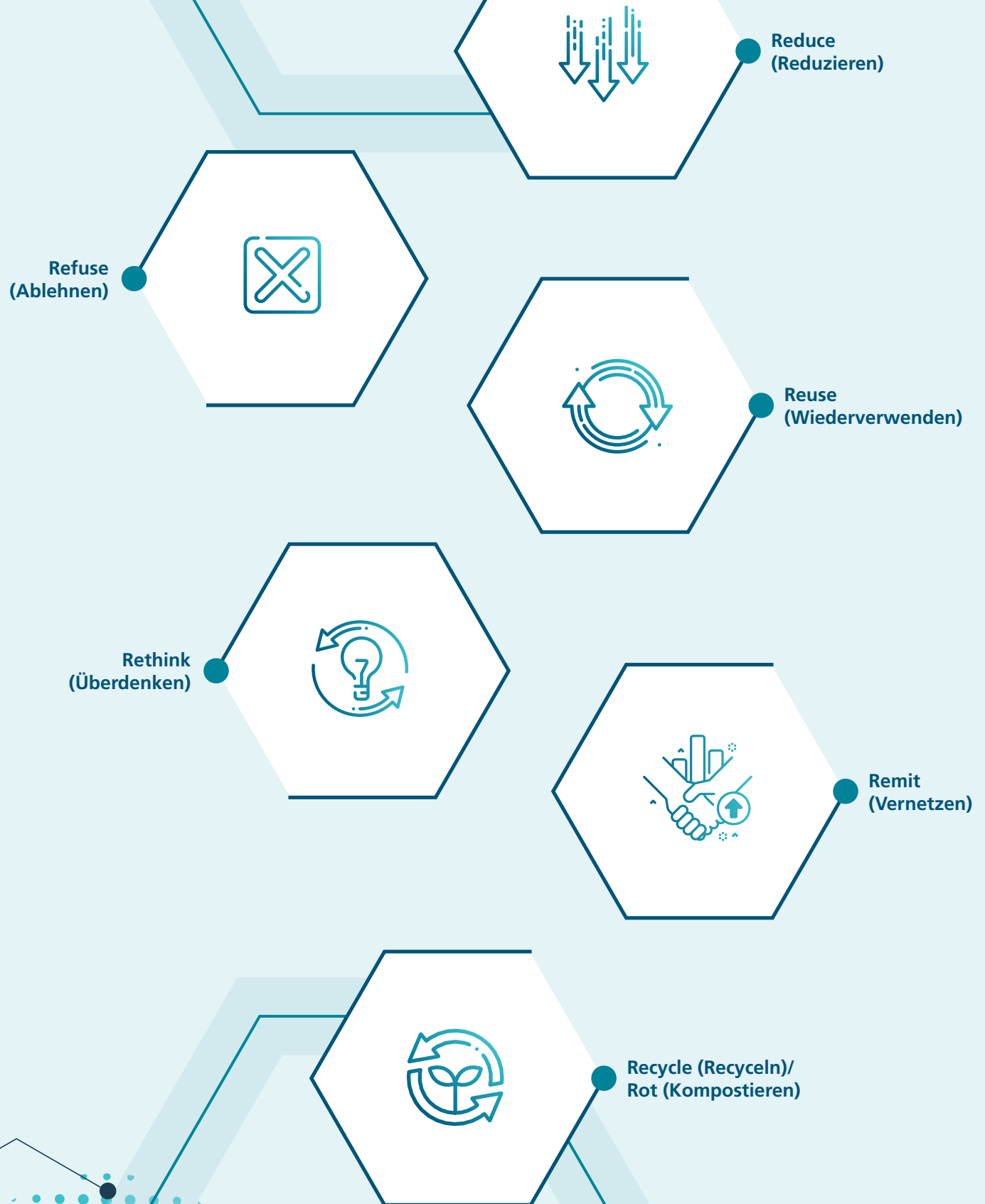
Der Verbrauch von Materialien ist hierbei eng verbunden mit der Beschaffung und Entsorgung von Materialien: Nicht zuletzt aufgrund der steigenden Kosten für Verbrauchsmittel – Mehrkosten resultieren hierbei u. a. aus den erhöhten Rohstoff-, Fracht- und Energiekosten – ist der ökologisch nachhaltige Einsatz von Verbrauchsmitteln geboten.

### **Reduce – Reuse – Refuse – Rethink – Remit – Recycle & Rott**

Ein verantwortungsvoller und nachhaltiger Einsatz von Verbrauchsmaterialien ist entscheidend, um Kosten zu senken, Ressourcen zu schonen und das Klima zu schützen. Jede Hebamme kann durch bewusste Materialwahl einen wichtigen Beitrag zur Nachhaltigkeit leisten:

- **Tracken Sie Ihren Verbrauch:** Insbesondere im hygienischen Bereich ist es angebracht, angeschaffte Großpackungen so für den handlichen und alltäglichen Gebrauch aufzuteilen, dass dabei hygienische Standards eingehalten werden. Gleichzeitig kann die Nutzung kleinerer Gebinde ressourcenschonender sein, wenn absehbar ist, dass Großpackungen nicht aufgebraucht werden können. Um herauszufinden, was für Ihre Praxis die richtige Strategie ist, hilft eine Beobachtung über einen gewissen Zeitraum, bspw. einen Monat. Die beste Bestandsaufnahme/Tracker ist ein Blick in die eigenen Mülleimer und Abwürfe, um das Einsparpotenzial durch ungenutzte, abgelaufene Materialien zu erkennen.





- **Optimieren Sie notwendige Prozesse:** Oft halten wir an lieb gewonnen und routinierten Arbeitsprozessen fest, obwohl es bessere Alternativen gibt, die nicht nur ressourcenschonender, sondern auch umweltverträglicher und effizienter sind. Prüfen Sie, ob bestimmte Prozesse notwendig oder gar noch sinnvoll sind.
- **Reduzieren Sie Verbrauchsmaterialien (Reduce):** Identifizieren Sie Prozesse oder Verbrauchsmittel, die reduziert werden können, ohne dabei negative Effekte auf Therapie oder den Therapieerfolg zu haben.
- **Nutzen Sie Mehrweg statt Einweg (Reuse):** Prüfen Sie, ob das Verbrauchsmittel mehrfach verwendet werden kann.
- **Ablehnen unnötiger Verbrauchsmittel (Refuse):** Lehnen Sie kostenfreie/kostengünstige Verbrauchsmittel (bspw. Werbegeschenke für Schwangere/frische Eltern und Kataloge) ab und verzichten Sie auf den Einkauf von Verbrauchsmitteln, von denen Sie nicht überzeugt sind. Informieren Sie sich durch unabhängige Quellen.
- **Greifen Sie zur ökologisch nachhaltigen Alternative (Rethink):** Greifen Sie bei Produkten, auf die nicht verzichtet werden kann, bestenfalls auf Produkte aus recyceltem, recyclingfähigem, regional hergestelltem oder CO<sub>2</sub>-sparendem Material. Denken Sie hieran auch bei Produkten des alltäglichen Bedarfs wie Spülmaschinentabs oder Kaffee.
- **Vernetzen Sie sich und teilen Sie (Remit):** Nicht alle Verbrauchsmittel benötigt man immer. Schauen Sie sich in Ihrer unmittelbaren Nachbarschaft um: Vielleicht können Sie sich mit anderen Akteur:innen des ambulanten oder stationären Gesundheitswesens zusammenschließen und bestimmte Verbrauchsmittel gemeinsam nutzen bzw. sich ausleihen.
- **Nutzen Sie die Lebensspanne von Produkten:** Insbesondere bei Mehrwegprodukten sowie Gegenständen für Behandlung und Therapie kann die größtmögliche Lebensspanne des Produkts erreicht werden, wenn diese schonend behandelt und gepflegt werden.
- **Entsorgen Sie nachhaltig (Recycle & Rott):** Implementieren Sie ein effektives Abfalltrennungssystem, in welchem alle unkontaminierte recyclingfähigen Materialien (bspw. Papier, Plastik, Glas, aber auch kompostierbare Materialien) in den Wertstoffkreislauf zurückgeführt werden können.
- **Binden Sie Klient:innen mit ein:** Fordern Sie Familien auf, ebenso Verantwortung zu übernehmen, etwa durch das Mitbringen wiederverwendbarer Materialien (z. B. Handtuch statt Papierunterlage, Einmachglas für Urinprobe) oder dem Aufbereiten von verwendeten Materialien. Informieren Sie Familien über nachhaltige Alternativen (z. B. bei der Pflege des Windelbereiches) und leben Sie die Benutzung dieser vor.

## 3.6. Abfall

**Es geht um Abfallmanagement, Abfallvermeidung und den Umgang mit speziellem (medizinischen) Abfall.**

Grundsätzlich muss Abfall, der gar nicht anfällt, nicht entsorgt werden. Daher sollte clever mit Materialien und Gegenständen umgegangen werden und diese auch clever beschafft werden. Ein Blick in die Mülleimer zeigt ungenutztes Potenzial.

**Abfall vermeiden statt entsorgen: Materialien klug nutzen und beschaffen.**



## Abfallmanagement

- Machen Sie eine **Bestandsaufnahme** der innerbetrieblichen Abfälle (Abfallarten) und erarbeiten Sie ein Entsorgungskonzept.
- Kennzeichnen Sie und stellen Sie Abfallbehälter möglichst eindeutig (farblich markiert und mit dauerhafter Beschilderung), um die Mülltrennung zu erleichtern und die Menge von Rest- und Sondermüll zu reduzieren. Unterweisen und sensibilisieren Sie Ihre Kolleginnen und Kollegen, Praxispersonal und betreute Familien zur **richtigen Mülltrennung**. Im Bereich des Restabfalls ist es von Kommune zu Kommune unterschiedlich, was in den Restabfall darf.
- Prüfen Sie die **Nutzung ökologischer Angebote** wie Tork Paper Circle, um bspw. benutzte Papiertücher zu recyceln.

## Abfallvermeidung

- Verwenden Sie, wenn möglich, **Mehrwegprodukte oder Recyclingprodukte**. Seien Sie Vorbild und legen Mehrwegperiodenprodukte oder ökologische Periodenprodukte in der Praxis aus (bspw. der Firma ALMO).
- Einsatz von **Einmalhandschuhen** auf Fälle mit Indikationen beschränken. In einer aktuellen Mitteilung der Kommission für Krankenhaushygiene und Infektionsprävention (KRINKO) wird der übermäßige Einsatz von Einmalhandschuhen kritisiert [12], auch aus ökologischer Sicht.
- **Binden Sie betreute Familien/Frauen/Personen in die Maßnahmen ein** (siehe [Verbrauchsmaterialien](#)) und informieren Sie sie über die Notwendigkeit sowie Umsetzung von Abfallvermeidung und Mülltrennung. Zusätzlich bieten sich auch kleine **Tauschregale** in den Praxisräumen an, um Familien einzubinden und Ressourcenverschwendung zu vermeiden (z. B. für offene Windelpackungen, weil das eigene Baby rausgewachsen ist oder »Fehlkäufe«). Informieren Sie über ökologische Alternativen wie Stoffwindeln, Stoffstilleinlagen, Waschpads und weitere. Richten Sie in Ihrer Praxis einen **nachhaltigen Wickelplatz** ein (siehe [Beispiele guter Praxis](#)).
- Vermeiden Sie die Austeilung von Proben und stellen Sie **digitale Informationsflyer** als Alternative zu gedruckten Flyern zur Verfügung.

## Spezielle Abfallarten

- **Elektroaltgeräte:** Vor allem medizinische Geräte, welche ausschließlich im professionellen Umfeld zur Anwendung kommen, werden meistens direkt an den Hersteller gegeben. Dieser ist verpflichtet, die Geräte zurückzunehmen und fachgerecht zu entsorgen, wenn das Gerät nach dem 13.8.2005 verkauft worden ist. Elektrokleingeräte wie Kaffeemaschinen, Smartphones u. a. sollten bei Wertstoffhöfen oder dem Fachhandel abgegeben werden, ca. 30 % werden nicht ordnungsgemäß entsorgt.
- **Informationen zu speziellen Abfallarten** können bei den Entsorgungsbetrieben der Kommune eingeholt werden. Die transparente Darstellung der korrekten Entsorgung für alle Mitarbeitenden kann einen wesentlichen Beitrag zum Ziel der korrekten Abfallentsorgung beitragen. Dies gilt insbesondere auch für Informationen zu Glasmüll bzw. Ampullen oder auch anderen spitzen Gegenständen.
- Die Entsorgung von **kontaminierten Abfällen** erfolgt in der Regel über Müllverbrennungsanlagen. Informieren Sie sich bei der Kommune beispielsweise zum Umgang mit Plazenten. Nicht-kontaminierte Produkte, die recycelt werden können, sollten gesammelt und recycelt werden.

## 3.7. Hygiene und Desinfektion

**Es geht um die Händehygiene, Oberflächenreinigung und persönliche Schutzausrüstung.**

Hygiene und Desinfektion im ambulanten Gesundheitswesen spielen eine wichtige Rolle, um Infektionen zu vermeiden und so betreute Familien, Mitarbeitende und sich selbst zu schützen. Genaue Vorgaben sind in den Empfehlungen der Kommission für Krankenhaushygiene und Infektionsprävention (KRINKO) festgehalten. Gleichzeitig sind viele Desinfektionsmittel toxisch für Mensch und Umwelt: Beim Menschen können sie Allergien und Ekzeme verursachen, gelangen sie in größeren Mengen in die Umwelt, richten sie als Biozide z. B. bei Wasserorganismen Schäden an.

**So wenig wie möglich, so viel wie nötig.**

- Überarbeiten Sie den **Hygieneplan** unter nachhaltigen Aspekten Ihrer Einrichtung im Einklang mit den relevanten Hygienevorgaben, um den Einsatz von Desinfektionsmitteln zu optimieren.

### Händehygiene

- Wenn möglich, die **Reihenfolge von Arbeitsabläufen** so planen, dass mit sauberen/sterilen Maßnahmen begonnen wird, bei denen die Handschuhe vor allem dem Eigenschutz dienen (z. B. Injektionen) und mit weniger sauberen Maßnahmen fortfahren (z. B. Körperpflege).
- Auf eine **regelmäßige und korrekte Hautpflege** nach der Desinfektion und dem Händewaschen achten, um offene Stellen und einen dadurch erhöhten Bedarf für Handschuhe zu reduzieren. Mehr desinfizieren und weniger Hände waschen, da dies für die Keimzahlverminderung effektiver und auch hautschonender ist [13]. Verwendung alkoholbasierter, farb- und duftstofffreier Händedesinfektionsmittel. Möglichst nur **ein** Produkt zur Händedesinfektion mit einem breitem Anwendungsspektrum verwenden.
- Wenn **Kitteltaschenflaschen** benötigt werden, dann nur bei Bedarf verwenden. Im Normalfall lieber größere Spender bereitstellen und nutzen [14].

### Oberflächenreinigung

- Oberflächenreinigungsmittel (Allzweck- und Sanitärreiniger/Handgeschirrspülmittel) erfüllen entweder die **Anforderungen des EU-Umweltzeichens** (»EU-Blume«) oder die Anforderungen des **Umweltzeichens Blauer Engel**.
- Oberflächen nur entsprechend ihres Infektionsrisikos reinigen, siehe KRINKO-Empfehlungen [15]. Möglichst nur Produkte mit einem **breiten Anwendungsspektrum** zur Oberflächenreinigung verwenden, um unnötige Dopplungen zu vermeiden. Verwendung von Reinigungsprodukten auf ökologischer Basis (z. B. Ethanol), Hilfestellung u. a. durch [Handreichung des Umweltbundesamtes](#).
- Bei der Auswahl von Wischtüchern auf einen möglichst **hohen Alkoholanteil** achten. Tatsächlichen Bedarf bei der Auswahl der Wischtücher berücksichtigen und diesen nicht überschreiten (s. auch Herstellerangaben zur Größe der desinfizierbaren Fläche).



### Persönliche Schutzausrüstung (Handschuhe, Masken, Kittel)

- Sinnvolle Reduzierung der Verwendung von **Schutzausrüstung** (PSA). Systematisches Vorgehen bei der Planung der Betreuung (wiederholte kleinere Kontakte vermeiden).
- Bei Aufbereitung wiederverwendbarer Schutzkleidung in der einrichtungseigenen Waschmaschine auf die Auslastung der Waschmaschine achten. Anstatt der rein thermischen Aufbereitung ( $>90^{\circ}\text{C}$  + Haushaltswaschmittel) die **chemothermische Aufbereitung** ( $<90^{\circ}\text{C}$  + desinfizierendes Waschmittel) bevorzugen.
- **Umweltfreundliche Waschmittel** verwenden (biologische, VAH-zertifizierte Varianten von desinfizierenden Waschmitteln).

### Behandlung von Klient:innen

- Bei Bedarf Klient:innen und Angehörige für die **richtige Verwendung von Desinfektionsmitteln** im häuslichen Umfeld sensibilisieren (meist ist der Einsatz nicht notwendig).

## 3.8. Mobilität

Es geht um die nachhaltige Gestaltung der Mobilität von Mitarbeitenden und Klient:innen.

Der Verkehr hat massive Auswirkungen auf Klima, Umwelt und Gesundheit [16]. Während die Treibhausgasemissionen in Deutschland seit 1990 insgesamt gesunken sind, gab es im Verkehrssektor bisher kaum eine Verbesserung. Der Grund für die Zunahme der  $\text{CO}_2$ -Emissionen liegt darin, dass trotz gesunkener kilometerbezogener  $\text{CO}_2$ -Emissionen die Fahrleistungen gestiegen sind und es auch einen Trend zu größeren und schwereren Fahrzeugen gibt.

**Durch eine bewusste Wahl von umweltfreundlichen Transportmitteln und kluge Routenplanung können wir einen Unterschied machen.**

Die Herausforderungen sind in ländlichen und städtischen Regionen unterschiedlich, sodass gegebenenfalls unterschiedliche Maßnahmen nötig sind:

### Tagesgeschäft und Dienst- und Routenplanung

- Digitalisierung nutzen: Fahrten **mittels digitaler Medien** einsparen, wo möglich. Möglichkeit von Homeoffice, z. B. für Verwaltungs- oder Abrechnungsmitarbeiter. Telefonische Beratung oder Videosprechstunde für Beratungstermine anbieten.
- **Routenplanung** für Hausbesuche auch unter **ökologischen Gesichtspunkten**, z. B. mit Car-sharing, Bikesharing bzw. Erreichbarkeit/Machbarkeit mit Fahrrad, Fahrzeugpool mit anderen Einrichtungen. Hausbesuche, die weiter entfernt sind und daher nur mit dem Auto angefahren werden können (z. B. in ländlichen Regionen), sinnvoll zusammenlegen, um längere »Einzelstrecken« zu vermeiden.
- Vernetzung mit anderen Kolleg:innen/Teams: Durch die **Nutzung von Hebammenzentralen oder kleineren Hebammennetzwerken** können Familien in Wohnortnähe betreut und somit Fahrwege und Zeitressourcen eingespart werden.



- Bieten Sie Mitarbeitenden **verschiedene Möglichkeiten der Mobilität** an, um wetterunabhängige Alternativen nutzen zu können, bspw. mit dem Fahrrad, ÖPNV oder PKW.

## Radförderung

- Unterstützen Sie die **Radmobilität** Ihrer Mitarbeitenden durch die Bereitstellung von Jobrad, Fahrradleasingangeboten oder der zur Verfügungstellung von E-Bikes oder Lastenrädern bei Transporten. Geben Sie Hinweise auf Fahrradstellplätze und Ladestationen für E-Bikes in ihrer Praxisnähe auf Ihrer Internetseite bekannt.
- Stellen Sie ein Umfeld her, das **radförderliche Mobilität unterstützt**, bspw. Duschen für Mitarbeitende oder sichere, überdachte Fahrradparkplätze. Aktionen wie »mit dem Rad zur Arbeit« oder »Stadtradeln« können zur Veränderung der Mitarbeitermobilität beitragen.

## ÖPNV

- Unterstützen Sie die **Nutzung des ÖPNV**, bspw. durch die Bereitstellung von Jobticket/Deutschlandticket oder indem Sie gemeinsame Fahrten für Mitarbeitende ermöglichen. Prüfen Sie, ob Dienstzeiten an den Nahverkehr bzw. in Bezug auf Verkehrsstoßzeiten angepasst werden können, ggf. beim Nahverkehrsunternehmen anfragen, um gute ÖPNV-Angebote zum Dienstbeginn und -ende zu schaffen.
- Informieren Sie Klient:innen über Ihre **nachhaltige Praxisführung** und bitten Sie um Unterstützung: Informieren Sie über die Erreichbarkeit des Standortes mit dem ÖPNV und über die Nutzung von Rufbussen. Geben Sie Hinweise auf Bushaltestellen in Fußnähe auf der Internetseite.
- Bei **neuen Niederlassungen** wählen Sie Praxisstandorte mit gutem Angebot an ÖPNV und Radwegen und verbessern Sie Verkehrsangebote ggf. zusammen mit ÖPNV und Gemeinde.

## Klimafreundliche PKW

- **Reduzieren** Sie die Anzahl der Fahrzeuge in der **Flotte**, indem Sie bspw. Carsharing-Angebote nutzen, um Spitzenzeiten abzufangen. Umstellung der Fahrzeuge auf E-Mobilität, vor allem Praxisfahrzeuge für Kurzstrecken.
- Unterstützen Sie **gemeinsame Fahrten oder geteilte Nutzungen**, bspw. durch Carsharing, die Organisation von Fahrgemeinschaften im Praxisteam oder z. B. online unter [www.fahrgemeinschaft.de](http://www.fahrgemeinschaft.de). Prüfen Sie im ländlichen Raum ggf. **gemeinsame Finanzierung und Nutzung von E-Fahrzeugen**.
- **Ladeinfrastruktur** schaffen, zusätzlichen regenerativen Strom für Fahrzeuge erzeugen, z. B. mittels Photovoltaik und Speicherung. Geben Sie Hinweise auf Ladestationen für E-Autos in Ihrer Praxisnähe auf Ihrer Internetseite bekannt.
- Durch die **regelmäßige Wartung des Autos** und einen sprit-/energiesparenden Fahrstil können bis zu 20 % Kraftstoff gespart werden. Tipps dazu geben beispielsweise NABU, Verbraucherzentrale und ADAC.

## 3.9. Büroausstattung

**Es geht um Innenausstattung (bspw. Tische, Stühle, Bürostühle, Lampen, Schränke, Regale ggf. Behandlungsliegen, Küchenausstattung wie Kühlschränke oder Kaffeemaschinen) und deren Pflege.**

Mobiliar stellt einen Großteil der beweglichen Gegenstände in einer ambulanten Einrichtung dar. Werden bei ihrer Anschaffung, Pflege und Entsorgung Nachhaltigkeitsaspekte berücksichtigt, können wichtige Ressourcen eingespart werden. Auch kann eine nachhaltige Einrichtung, z. B. durch eine ansprechende Optik und die Förderung eines angenehmen Raumklimas, zum Wohlbefinden von Mitarbeitenden und Klient:innen beitragen und so ihre Gesundheit fördern. Dabei sind neben Nachhaltigkeitsaspekten auch Arbeitsschutzfaktoren und Hygieneanforderungen zu beachten.

**Nutzen Sie die Chance mit einer nachhaltigen Ausstattung das Wohlbefinden und Gesundheitsparameter zu fördern und gleichzeitig sichtbares Vorbild für Nachhaltigkeit zu sein.**

### Anschaffung

- Nachhaltige Auswahl: Beim Kauf von Büroausstattung **gebrauchte Möbel** in Erwägung ziehen. Neue Büroausstattung von **umweltfreundlichen Anbietern** kaufen. Tische, Regalsysteme, Schränke sollten die enthaltenen Anforderungen des Umweltzeichens Blauer Engel erfüllen. Falls Einrichtungsgegenstände kaputt gehen, die Reparatur ggü. einer Neuanschaffung bevorzugen. Vor Anschaffung Reparierbarkeit prüfen.
- Büromobiliar: Beim Mobiliar auf **helle Farben** achten, um die Wirkung des Tageslichts zu maximieren und den Bedarf für künstliches Licht zu reduzieren (Schnittstelle Räume und Gebäude). Auf Dekoration verzichten oder auf dessen Langlebigkeit bzw. Recyclingfähigkeit achten.
- Elektrische Kleingeräte: **Dopplung elektronischer Geräte vermeiden** (bspw. zentrale Kaffeemaschine). Bei der Neuanschaffung elektronischer Geräte z. B. der Waschmaschine (bspw. zur Hygiene) sollten diese der höchsten verfügbaren Energieeffizienzklasse (EEK) angehören. Korrekte Pflege und Wartung der Geräte einhalten.
- Reduzieren Sie Ihren Papierverbrauch. Achten Sie hierbei auf die Empfehlungen unter »[Organisation und Management](#)«, Abschnitt 3.2.

### Pflege

- **Optimale Materialpflege** sorgt für Langlebigkeit der Produkte: Nutzen Sie korrekte Reinigungsmittel (Herstellerhinweise beachten) oder umweltschonende Alternativen, ggf. im Fachhandel erfragen.



## 3.10. Räume und Gebäude

**Es geht um Maßnahmen zur Reduzierung des Ressourcenverbrauchs in den Räumlichkeiten in Bezug auf Energie, Wasser und Beleuchtung sowie um die klimafreundliche und gesundheitsförderliche Gestaltung der Räume.**

Entscheidungen zum Bau, Umbau oder Instandsetzung von Gebäuden oder deren technischen Anlagen haben Auswirkungen auf die Höhe der Emissionen und damit langfristig auf die Nachhaltigkeit einer Einrichtung. Die grundsätzliche Ausrichtung der Einrichtung entfaltet eine zentrale Hebelwirkung für viele andere Bereiche wie z. B. Beschaffung oder Information und Sensibilisierung von Mitarbeitenden und Klient:innen. Die Kommunikation dieser geplanten Maßnahmen nach Innen sorgt für Motivation und verdeutlicht den Mitarbeitenden die nachhaltige Ausrichtung einer Einrichtung. Nach außen können nachhaltige Investitionen in Räume und Gebäude gegenüber allen Beteiligten (Bewerber:innen, Lieferant:innen, Klient:innen etc.) herausgestellt werden, um sie einerseits als Wettbewerbsvorteil zu nutzen und andererseits eine positive Signalwirkung zu senden.

**Nachhaltige Bau-, Umbau- und Instandsetzungsmaßnahmen sind entscheidend, um Emissionen zu reduzieren und langfristige Nachhaltigkeit zu sichern. Eine umweltbewusste Ausrichtung der Einrichtung motiviert Mitarbeitende und signalisiert allen Beteiligten unser Engagement für eine grüne Zukunft.**

### Raumausstattung

- Möglichst **»grüne« Textilien** nutzen, Kriterien sind die Verfügbarkeit lokaler Quellen, Langlebigkeit, Nachhaltigkeit, Wiederverwertbarkeit sowie Oberflächenbeschaffenheit und einfache Reinigung. Textilien können mit Schadstoffen belastet sein. Wenn möglich, gebrauchte Möbel nutzen (Secondhand-Anbieter, Upcycling). Bei neuen Möbeln auf **Gütesiegel** achten, verwenden Sie nur Holz aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern (FSC).
- Aufenthaltsräume: Schadstoffemissionen aus Möbeln (Kleber, VOC), Reinigungsmittel. Bei der Auswahl sollte auf die **Kennzeichnung mit dem Blauen Engel** geachtet werden. Der Umgang mit umweltschädlichen Materialien und ihre Verwendung unterliegen auch immer stärker rechtlichen Vorgaben; s. DGNB Kriterium ENV1.2.
- **Doppel-Anschaffungen von medizinischen Geräten vermeiden.** Reduzieren Sie die Anzahl benötigter Liegen, indem Sie weniger multifunktionelle, sondern mehr **zweckgebundene Räume** anstreben.
- Ökologisch nachhaltige Wandfarben bei Renovierungen nutzen.

### Raumklimatisierung

- Anschaffung programmierbarer **Thermostatventile/Zeitschaltuhren**, um die Raumtemperatur nach Uhrzeit zu regeln. Nutzung von Smart Home-Technologien: Heizungsventile schließen automatisch, wenn das Fenster geöffnet wird, automatische Schließmechanismen für Türen. Heizkörper freistellen bzw. nichts davorstellen. Prüfen, ob in der Heizungsanlage eine niedrigere Vorlauftemperatur eingestellt werden kann. Während der Heizperiode Absenkung der Raumtemperatur um 1–2 Grad.
- Energieintensiven Technikeinsatz beschränken, z. B. Sonnenschutzgläser statt Elektromarkisen nutzen. Außen- bzw. innenliegende **Sonnenschutzfolien** zur Hitzedämmung an Verglasungen. **Lüftungskonzept** im Sommer mit Mitarbeitenden abstimmen: ganz früh und ganz spät Stoßlüften, tagsüber Fenster schließen, klare Zuständigkeiten verabreden. Pflanzen sorgen für ein gutes Raumklima und können Geräusche dämpfen, dabei auf Nachhaltigkeit achten.



- Fördern Sie **Nachhaltigkeit** in Ihrer hebammengeleiteten Einrichtung durch die Anlage von insektenfreundlichen Blühwiesen, grüner Verschattung im Außenbereich und die bevorzugte Nutzung von Bio-Zimmerpflanzen.

## Beleuchtung

- Leuchtmittel: **Beleuchtung mieten** statt kaufen (»light as a service«): Ein Beleuchtungskonzept wird erstellt und so die Beleuchtung optimiert. Beahlt wird lediglich das Licht, nicht aber die Lampen. Durch den Einsatz **energieeffizienter LED-Beleuchtung** können auch ohne eine Anfangsinvestition Kosten gespart werden. Bei Neukauf auf Energieeffizienz achten (z. B. LEDs verwenden).
- Einsatz von circadianen Lichtsteuerungen. Also Lichtsteuerungen und Lichtquellen, welche dem aktuellen Bedarf aus Tages- und Kunstlicht in Verbindung mit entsprechenden Lichtspektren steuern. Dies verbessert den natürlichen Tag-Nacht-Rhythmus.
- Einsatz von Passiv-Infrarot-Bewegungsmeldern, um Leuchtzeit zu minimieren und Energie zu sparen. Sinnvoll insbesondere in wenig frequentierten Räumen, in Fluren mit ständigem Betrieb eher nicht.

## Wasser

- In Wasserhähnen **Perlatoren verwenden** und diese regelmäßig entkalken, um Wasser zu sparen. Mit **Sparperlatoren** werden statt 14 Liter pro Minute nur noch 4,5 Liter benötigt, ohne dass der Wasserstrahl an Volumen oder Reinigungsleistung verliert. Bei heißem Wasser wird mit der geringeren Wassermenge auch Energie gespart. Während des Händeeinseifens Wasser abstellen.
- **Sparspülkästen** verringern die Wassermenge pro Spülgang auf gut 6 Liter, die Sperrtaste der Toilettenspülung reduziert die Menge dann noch auf 3 Liter.

## 3.11. Medizintechnik

**Es geht um Medizinprodukte wie Blutdruckmessgeräte, Waagen, Pulsoxymetriegegeräten, CTGs, Doptonen, Laser, elektrischen Betten, Wärmelampen, Thermometern, Bilirubinmessgeräte, Stethoskope, Pinardrohre, Beckenzirkel oder Milchpumpen.**

Der hohe Verbrauch an Ressourcen und CO<sub>2</sub>-Emissionen, der mit dem bislang üblichen Einsatz einhergeht, kann durch einen bewussteren Umgang mit Medizinprodukten reduziert werden und darüber sogar zur Attraktivität des Arbeitsplatzes, Image und der Kundenbindung beitragen. Auch gesetzliche Rahmenbedingungen (z. B. European Green Deal), streben künftig eine verbesserte Abfallvermeidung und Kreislaufführung von Rohstoffen und Ressourcen an.

**Für ökologische Nachhaltigkeit bei Medizinprodukten achten Sie auf deren Umweltfreundlichkeit in der Herstellung, Lieferung und Anwendung sowie auf einen bedarfsgerechten und ressourcenschonenden Einsatz.**



Grundsätzlich sollten bei Medizinprodukten zur Steigerung der Nachhaltigkeit immer folgende Punkte angestrebt werden:

- Wartung und Pflege
- Bedarfsgerechter Einsatz.

## Grundsätzliches zum Thema Nachhaltigkeit von Medizintechnik

- **Prävention und verbesserte Gesundheitskompetenz**, die die Gesunderhaltung zum Ziel haben, sind kostengünstigste und effektive Beiträge zur Nachhaltigkeit und tragen maßgeblich dazu bei, dass Medizinprodukte erst gar nicht zum Einsatz kommen müssen.
- Für die Prüfung der Relevanz und Möglichkeit zur Umsetzung einer Maßnahme ist es bei den Medizinprodukten sinnvoll, den **Lebenszyklus des Produktes** zu betrachten. Für jedes Produkt müssen dabei Herstellung, Lieferung, Nutzung, und Entsorgung beachtet werden. Bevorzugen Sie Firmen, die einen Nachhaltigkeitskodex (z. B. Bundesverband Medizintechnologie e. V.) unterzeichnet haben.
- Die Herstellung ist dann nachhaltig, wenn **nachwachsende oder recycelte Ressourcen** verwendet werden können. Die Energie für den Prozess sollte aus Naturstrom gewonnen werden. Das kann bei der Beschaffung berücksichtigt werden (weitere Details finden Sie bei Beschaffung).
- Der **Transport bzw. die Lieferkette** des Medizinproduktes sollte idealerweise kurz sein und wenn möglich keinen fossilen Brennstoff benötigen. Transport mit Schiffen, Flugzeugen oder LKWs sind dabei oft nicht zu verhindern. Das gilt auch für Transport und Lieferung aus dem Handel in die Praxis.
- Die Nutzung des Produktes sollte idealerweise **über einen langen Zeitraum** geplant sein. Bei großen Geräten sollte auf die Möglichkeit von Reparatur und die Langlebigkeit geachtet werden. Bei seltener Nutzung kann ein Medizinprodukte-Sharing mit Netzwerkpartner:innen erwogen werden. Bei Einmalinstrumenten ist die Qualität wichtig.
- Achten Sie bei der Beschaffung auf **ökologische Kriterien** ([siehe Kapitel Beschaffung](#)).

## Nutzung optimieren

- Verlängern Sie, falls möglich, die Nutzungsphase eines Produktes durch Wiederaufbereitung (»Refurbishment«).
- Nutzen Sie für batteriebetriebene Kleingeräte wiederaufladbare Akkus.

## Nutzung von Sharing und innovativen Betreibermodelle intensivieren (bei Großgeräten)

- Stellen Sie die **optimierte Auslastung der Geräte** sicher, z. B. durch geteilte Geräte in Geburtshäusern/MVZ oder durch die Nutzung innovativer Betreibermodelle, z. B. Mietmodelle. Prüfen Sie hierbei, inwiefern die geteilte Nutzung von Geräten in die QM-Auditierung aufgenommen werden kann.

## Medizintechnik wiederverwenden und recyceln

- **Wiederverwendbare Instrumente** verwenden. Bei Einwegprodukten auf Recyclingfähigkeit und Entsorgungsweg achten.
- **Aufbereitung von Instrumenten**, sofern häufig im Einsatz, vor Ort ermöglichen (siehe auch Abschnitt [Hygiene und Desinfektion](#)). Verwertungskonzept für nicht-kontaminierte Wertstoffe aus Medizinprodukten zur Einmalnutzung.

- [www.medigogreen.com](http://www.medigogreen.com); nachhaltiges **digitales Verwertungssystem** für gebrauchte Medizintechnik.

## 3.12. Verpflegung und Catering

**Es geht um den Einkauf und richtige Lagerung von Lebensmitteln, das Vermeiden von Lebensmittelverschwendung, die Beratung zu nachhaltigen Ernährungsformen und Auswahl von Catering-Anbieter:innen.**

Die Lebensmittelproduktion zählt zu den größten Verursachern menschengemachter Treibhausgasemissionen. Bis zu 40 % der produzierten Lebensmittel landen im Müll. Durch eine bewusste Ernährung können wir nicht nur unsere Gesundheit und die unserer Klient:innen und deren Familien fördern, sondern auch aktiv zum Klimaschutz beitragen. Dabei ist es empfehlenswert, Lebensmittel zu bevorzugen, die regional und saisonal erzeugt werden sowie aus fairem Handel stammen. Diese Auswahl unterstützt nachhaltige Produktionsweisen, reduziert Transportemissionen und fördert soziale Gerechtigkeit.

**Die Reduzierung von Lebensmittelverschwendung durch bewussten Einkauf, richtige Lagerung und kreative Resteverwertung schützt unsere Ressourcen für eine nachhaltige Zukunft.**

### Allgemeine Hinweise zu nachhaltiger Verpflegung:

- Zum nachhaltigen Einkauf von Lebensmitteln gehört die Bevorzugung von **saisonalen, regionalen Produkten** und solchen aus **biologischem Anbau und fairem Handel**. Bei regelmäßigem Lebensmittelverbrauch prüfen Sie eine Teilnahme an einem Netzwerk Solidarische Landwirtschaft (SOLAWI) in Ihrer Nähe.
- Bevorzugen Sie **Leitungswasser** statt Wasser in Plastikflaschen. Vermeiden Sie die Bereitstellung von verpackten und stark verarbeiteten Lebensmitteln.
- Lagern Sie Lebensmittel so, dass Sie lange genießbar sind und verlassen Sie sich bei vor dem Verzehr auf Ihre Sinne: Lebensmittel sind oft noch nach Ablauf des **Mindesthaltbarkeitsdatums** nutzbar. Lagern Sie Produkte, die in den **Kühlschrank** gehören, gemäß der Empfehlungen der [Verbraucherzentrale](#).
- Orientieren Sie sich an der Nationalen Strategie zur **Reduzierung der Lebensmittelverschwendung** des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL [17]). Nutzen Sie Möglichkeiten der Resteverwertung oder nutzen Sie nachhaltige Initiativen wie Refill oder Foodsharing.
- Integrieren Sie umweltbezogene Standards für die Essens- und Getränkeverpflegung in das QM-Handbuch.
- Achten Sie bei der Wahl von Lebensmitteln und **Catering-Anbieter:innen** auf ökologische Kriterien wie fairer Handel, Einkauf, Transport, Regionalität, Saisonalität und Verpackung.
- Sensibilisieren Sie für Planetary Health Diet [18] durch **nachhaltige Ernährungsformen** und Ernährungsaspekte in Ihrer klimasensiblen Beratung.



## 3.13. Arzneimittel

### Es geht um die Nutzung, Lagerung und Entsorgung von Medikamenten

Umweltbelastungen, durch die unsachgemäße Entsorgung von Arzneimitteln, z. B. über die Toilettenspülung, spielen ebenfalls eine große Rolle. Hier gelangt ein Großteil der Inhaltsstoffe unverändert in die Umwelt und kann dort unerwünschte Wirkungen auf Tier- und Pflanzenpopulationen ausüben. Auch die Fehl- und Überversorgung mit Arzneimitteln tragen zur Umweltbelastung bei.

### Informieren Sie sich und andere über den umweltbewussten Umgang und Konsum von Arzneimitteln.

Neben den Hinweisen zur sachgerechten Entsorgung im Beipackzettel sind weitere Maßnahmen und Informationen notwendig, um eine nachhaltige Arzneimittelversorgung zu gewährleisten. Dazu gehört, Arzneimittel sparsam und wirksam einzusetzen und Klient:innen über die richtige Einnahme, Lagerung und Entsorgung zu informieren. Die Aufklärung über und Versorgung mit umweltverträglicheren Medikamenten oder alternativen Behandlungsmaßnahmen kann diese Problematik entschärfen.

### Nutzung und Lagerung von Medikamenten

- Setzen Sie **Arzneimittel sparsam** ein, wählen Sie umweltverträgliche Alternativen und informieren Sie über die richtige Entsorgung.
- Achten Sie auf die **richtige Lagerung** der Medikamente (oftmals: trocken, dunkel, kühl) [19].

### Entsorgung der Medikamente

- Betreute Familien werden zur **richtigen Entsorgung von Medikamentenresten** aufgeklärt. Die äußere Verpackung wird in die Papier- oder Wertstofftonne. Die Webseite [arzneimittelentsorgung.de](http://arzneimittelentsorgung.de) bietet lokale Informationen an, wie Arzneimittel richtig entsorgt werden [20]. Klient:innen können zudem bei der örtlichen Apotheke anfragen, ob umweltschädliche Rest-Medikamente dort abgegeben werden können für eine gesonderte Entsorgung.



## 4. Beispiele guter Praxis

### Mobilität

- »Ich versuche meine Wege gut zu planen und unnötige Fahrten zu vermeiden« (N.V.).
- »Ich fahre mittlerweile zu Fortbildungen oder Kongressen mit dem ÖPNV« (A.L.-H.).

### Kommunalpolitisches Engagement

- Unterstützen Sie Förderung des Ausbaus von Radwegen im Gemeinderat/Stadtrat, Entsiegelungsbestrebungen und Einführung von stillfreundlichen Kommunen. Regen Sie die Aufnahme eines Stoffwindelzuschuss für Familien an.

### Teilnahme an Nachhaltigkeitsprojekten

- Nutzen Sie Angebote wie Refill-Stationen (von der Organisation Refill), Tork Paper Circle, Beschaffung bspw. über »POP – Praxis ohne Plastik«.

### Nachhaltiger Wickelplatz:

- Förderung der Verwendung wiederverwendbarer Babyprodukte wie Feuchttücher und Windeln. Allein auf diese Produkte entfallen jährlich 2–3 % des Haushaltsmülls. Familien können dazu angeregt werden, selbst wiederverwendbares Wickelmaterial mitzubringen. Sollte Einmalmaterial verwendet werden, sind nachhaltigere Varianten vorzuziehen. Außerdem kann die Information über Alternativen zu parfümierten und plastikhaltigen Feuchttüchern und Wegwerfwindeln große Effekte erzielen. Sensibilisieren Sie für die nachhaltige Po-Duschen.
- »In den Geburtsvorbereitungskursen zum Thema Wochenbett lege ich immer Material zum Anschauen aus. Dabei achte ich darauf, dass wiederverwendbare Stilleinlagen, Stoffwindeln und waschbare Wochenbetteinlagen dabei sind. Dadurch konnte ich schon einige Frauen dazu bewegen, sie zu nutzen.« (A.L.-H.)

### Gemeinschaftliche Nutzung

- Bei Geräten, die selten verwendet werden müssen oder mit hohen Anschaffungskosten einhergehen, kann eine gemeinschaftliche Nutzung sinnvoll sein. Dies ist im Hebammenkontext etwa bei der Nutzung von Laser, Pulsoxymetrie-Geräten und CTGs denkbar.
- »Da meine Kollegin und ich nur selten Familien betreuen, die frühzeitig aus der Klinik nachhause gehen, teilen wir uns ein Pulsoxymetriegerät und die Materialien für den Guthrie-Test, obwohl wir keine gemeinsame Praxis haben« (M.G. & M.K.).

### Arzneimittel

- Integration von Diskussionen über die Vor- und Nachteile von Schmerzmitteln unter Berücksichtigung der Umweltauswirkungen in die Geburtsvorbereitung. Förderung alternativer Formen der Analgesie (Schmerzlinierung) wie Wasser, TENS, Aromatherapie und Massagen, die den Bedarf an pharmakologischer Analgesie und damit die Gesamtmenge an umweltschädlichen Medikamenten (z. B. Lachgas) reduzieren können [21, 22].
- »Zur Lagerung meiner Medikamente ziehe ich die Heidelberger Tabelle hinzu« (A.L.-H.)
- »Mit unserem Angebot der Geburtsvorbereitung informieren und sensibilisieren wird für den sparsamen Umgang mit Schmerz und Arzneimittel im gesamten Betreuungsbogen. Zusätzlich informieren wir über klimasensible Ernährungsformen und insbesondere das Stillen« (anonym).

### Stillförderung

- Förderung des Stillens oder des Fütterns mit Muttermilch, da dies einen aktiven Beitrag zum Umweltschutz leistet. Das Füttern mit künstlicher Säuglingsnahrung erhöht den Treibhausgasausstoß, Müll, Verbrauch von Ressourcen und weitere umweltrelevante Faktoren [23]. Muttermilch ist auch in Krisenzeiten verfügbar. Darüber hinaus schützt das Stillen vor zahlreichen Erkrankungen und bietet teilweisen Infektions-/Nestschutz.
- »Wir motivieren die Mütter zum Stillen« (anonym).



## Edukative Maßnahmen:

- »Mit unserem Angebot der Rückbildungsgymnastik beugen wir Inkontinenzproblemen vor – damit entsprechende Hygieneprodukte gar nicht erst zum Einsatz kommen müssen« (anonym).
- »Mit dem Handlungsfeld Unterricht an Schulen durch Hebammen, können wir zentrale Themen in der individuellen Lebensführung aufklären, indem wir bereits in der Schule für umwelt- und gesundheitsbewusste Entscheidungen sensibilisiert werden« (A.L.-H.).

## Einmalinstrumente

- Recyclingfähige Materialien oder weiterverwendbare Materialien nutzen, z. B. Nahtmaterial mit recyclebarer Verpackung und Metallinstrumente oder Thermometer, die Familien weiterverwenden können. Recyclingfähige Einmalinstrumente aus Edelstahl bietet bspw. die Firma Scholz Medical GmbH an.

## Integrierte Versorgungskonzepte

- Hebammenzentralen und Hebammenvermittlungskonzepte bieten die Chance, Hebammenarbeit nachhaltiger zu gestalten, da sie die Verteilung von Betreuungsressourcen optimieren. Kürzere Fahrtwege und die Möglichkeit, dadurch mehr Familien in überschaubarem Radius zu begleiten haben einen positiven Einfluss auf die Umwelt und Gesundheitliche Versorgung. Zusätzlich gibt es Algorithmen, die darauf achten, dass Fahrtwege und Arbeitsauslastung gerecht verteilt werden.

## Ganzheitliches Versorgungskonzepte

- Die 1:1-Betreuung durch Hebammen ist nachweislich nicht nur förderlich für das gesundheitliche Outcome von Frauen und Kindern [24], sondern trägt auch zu einer nachhaltigen Schonung der Umwelt bei.
- »Insbesondere die hebammengeleitete Betreuung bei Schwangerschaftsverlusten im ersten Trimenon kann dazu beitragen, die Häufigkeit invasiver medizinischer Eingriffe zu reduzieren, was nicht nur die körperliche und emotionale Belastung der Betroffenen mindert, sondern auch einen positiven Einfluss auf die Umwelt hat.« (A.L.-H.)

## Ernährung

- Beteiligen Sie sich an Initiativen wie »Zu gut für die Tonne«, Food-Sharing, SOLAWI. Nutzen Sie nachhaltige Lebensmittelalternativen, bspw. Lupinen Kaffee.
- »Aus meiner Elterngruppe ist eine Food-Sharing-Ortsgruppe entstanden« (A.L.-H.).

## Räume und Gebäude

- Setzen Sie bei Bodenbelägen in hebammengeleiteten Einrichtungen auf nachhaltige Produkte, bspw. der Firma Tarkett, oder nutzen Sie Lehm als Baustoff. Achten Sie auf ökologische Farben (bspw. von Keim) und auf nachhaltigen Bürobedarf.

## 5. Kontakte und weiterführende Informationen

---

### Netzwerke

- **Midwives for Future:** ehrenamtliche Untergruppe der KLUG AG Rund um die Geburt, die sich mit Reproduktiver Gesundheit und Klimaschutz mit Schwerpunkt auf Hebammenarbeit beschäftigt.
- [Nurses Climate Challenge Europe:](#) Internationaler Zusammenschluss von Pflegefachpersonen und Hebammen, um über die Auswirkungen des Klimawandels auf menschliche Gesundheit aufzuklären.

### Gesetze und Verordnungen

- [Bundesministerium für Arzneimittel und Medizinprodukte](#)
- [European Green Deal](#)
- [Umweltbundesamt](#)
- [Umweltmanagementsystemnorm \(ISO14001\)](#)
- Verpackungsgesetz 2021/EU-Verpackungsrichtlinie 94/62/EG (2018): Verpackungsvolumen und -gewicht muss auf das Mindestmaß begrenzt werden
- [SDGs](#) – Ziele für Nachhaltige Entwicklung Agenda 2030 der UN
- [AVV Klima](#) – Allgemeine Verwaltungsvorschrift zur Beschaffung klimafreundlicher Leistungen für die öffentliche Beschaffung

### Nachhaltige Beschaffung allgemein

- Kompetenzstelle für nachhaltige Beschaffung für unterschiedliche Produktgruppen ([nachhaltige-beschaffung.info](#))
- [Umweltbundesamt – Beispiele umweltfreundlicher öffentlicher Beschaffung](#)
- [Leitfaden zur umweltfreundlichen Beschaffung »Emissionsarme Möbel und Lattenroste aus Holz und Holzwerkstoffen«](#)
- [B.A.U.M. Marktplatz für nachhaltige Geschäftspartner](#)
- [Das Berliner Ausschreibungs- und Vergabegesetz mit ökologischen Schwerpunkten](#)

### Klimasensible Gesundheitsberatung

Klimasensible Gesundheitsberatung (KSGB) in der Hebammenarbeit (z. B. im Rahmen von Geburtsvorbereitung, Schwangerschafts- und Wochenbettbetreuung): Das Konzept der KSGB ist personenzentriert, respektvoll und setzt auf freiwillige Motivation, wobei individuelle Anliegen, Werte und Grenzen der Patient:innen im Fokus stehen [7, 8]. Die KSGB umfasst drei Themenfelder: gesundheitliche Auswirkungen & Anpassung, gesunde & nachhaltige Lebensstile sowie Klimaschutz & politische Aspekte, wobei Klimaschutz, Bewusstsein für planetare Gesundheit und politische Relevanz je nach Bereitschaft der Betreuten flexibel verfolgt werden. So kann im Rahmen von Lebensstilberatung zur Gesundheitsförderung und Prävention von Schwangerschaftsbeschwerden ein Autoverzicht zugunsten von mehr körperlicher Bewegung empfohlen werden. Je nach Standpunkt und Motivationslage der/des Klient:in könnten dabei auch der Zusammenhang des Autofahrens mit dem Klimawandel und der politische Einsatz beispielsweise für eine Förderung des Radfahrens thematisiert werden. Falls die Hebamme aber annimmt, dass diese Aspekte nicht zur Motivationslage der hier beratenen Person passen, werden ausschließlich gesundheitliche Aspekte besprochen.

### Relevante Siegel/Label

Ökologisch nachhaltiges Handeln kann in einem ersten Schritt auch bedeuten, dass Sie auf Siegel und Zertifikate achten, um Nachhaltigkeit zu garantieren. Während es mittlerweile eine Vielzahl an etablierten Labels und Zertifikaten gibt, kommen stetig neue Kennzeichnungen dazu. Gerade zum Thema Klimaneutralität gibt es unterschiedliche Bezeichnungen wie »klimaneutral«, »klimapositiv« oder »CO<sub>2</sub>-neutral«, denen Bedeutung sich jedoch z. T. erheblich unterscheidet (vgl. [Werbeversprechen Klimaneutralität](#)).

Folgend finden Sie eine Auflistung für Ihre Orientierung:

- **Der Grüne Punkt:** Der Grüne Punkt steht für eine funktionierende Kreislaufwirtschaft, d. h. einer konsequenten Nutzung von Wertstoffen aus Abfällen, und verdeutlicht, dass die Pflichten des Verpackungsgesetzes erfüllt werden. Mit dem Grünen Punkt wird verdeutlicht, dass man Verantwortung für die vertriebenen Verpackungen übernimmt – auch im Onlinehandel.
- **Grüner Knopf:** Der Grüne Knopf verbindet erstmals als staatliches Siegel Anforderungen an Textilien und an das Unternehmen, das diese herstellt. Nur wenn das Produkt und das Unternehmen alle Anforderungen einhalten, wird der Grüne Knopf vergeben. Das Unternehmen »als Ganzes« muss anhand von 20 Kriterien seine menschenrechtliche, soziale und ökologische Verantwortung nachweisen. Und für das jeweilige Produkt müssen zudem 26 soziale und ökologische Kriterien eingehalten werden — von A wie Abwassergrenzwerte bis Z wie Zwangsarbeitsverbot (siehe [Kriterien im Überblick](#)).
- **FAIRTRADE:** Das Fairtrade-Siegel zertifiziert, dass die Produkte unter bestimmten sozialen, ökologischen und ökonomischen Bedingungen hergestellt wurden. Für die Zertifizierung von Baumwolle, Inhaltsstoffen von Kosmetikprodukten oder Textilprodukten gibt es spezielle Fairtrade-Produkt-Siegel. Eine Übersicht über die Siegel finden Sie [hier](#).
- **Blauer Engel:** Der Blaue Engel ist ein Umweltzeichen der Bundesregierung und kennzeichnet seit über 45 Jahren umweltschonende Produkte und Dienstleistungen im Non-Food-Sektor. Gekennzeichnet werden mehr als 30.000 Produkte und Dienstleistungen aus den Bereichen Haushalt/Drogerie, Einrichtungen/Textilien, Green-IT/Elektrogeräte, Bauprodukte, Heizen/Energie, Papier/Schreibwaren, Fahrzeuge/Mobilität sowie Gewerbe/Kommunen.
- **OEKO-TEX:** Das OEKO-TEX Standard 100 Label kennzeichnet schadstoffgeprüfte Textilien und garantiert damit, dass die Produkte gesundheitlich unbedenklich sind. Hierbei werden sowohl reglementierte und nicht-reglementierte Substanzen geprüft, wobei der Kriterienkatalog jährlich aktualisiert wird. Zusätzlich werden in dem Label verschiedene Produktklassen unterschieden.
- **FSC – Forest Stewardship Council:** Das FSC-Siegel zertifiziert nachhaltige Waldwirtschaft und kennzeichnet damit verschiedene Holzprodukte (bspw. Möbel, Spielzeug, Bücher, Schulhefte oder Bleistifte) gemäß zehn ökologischer und sozialer Prinzipien. Eine Übersicht über FSC-zertifizierte Unternehmen und Produkte in Deutschland bietet die FSC-Marktdatenbank.
- **EU-Energieverbrauchskennzeichnung:** Die EU-Energieverbrauchskennzeichnung existiert seit 1998 und kennzeichnet die Energieeffizienz und den Energieverbrauch von einzelnen Geräten. Die ehemals vorhandene »+«-Klassen wurden zum 1. März 2021 abgeschafft, sodass alle Produkte wieder einheitlich mit einer Skala von A bis G klassifiziert werden.
- **EU Ecolabel:** Das EU Ecolabel ist ein EU-Umweltzeichen, das auch in Norwegen, Lichtenstein und Island verwendet wird. Es wurde 1992 als freiwilliges Zeichen durch die EU-Versorgung EWG 880/92 eingeführt. Mit dem EU Ecolabel werden Produkte und Dienstleistungen gekennzeichnet, die zu einer Verringerung der Umweltverschmutzung beitragen wollen. Allein in Deutschland sind über 9.136 Produkte mit dem EU Ecolabel gekennzeichnet.
- **EMAS** – von der EU entwickeltes Umweltmanagement- und Auditsystem. Hierfür muss eine jährliche Umwelterklärung veröffentlicht werden.
- **DIN ISO 14001** – definieren internationale Rahmenbedingungen, an denen sich Unternehmen auf freiwilliger Basis orientieren können
- **Kompass Nachhaltigkeit** – ein Online Tool für die nachhaltige Gestaltung des öffentlichen Beschaffungsprozesses von unterschiedlichen Produkten, mit Hilfestellung zu allen Schritten im Beschaffungsprozess, von der Bedarfsanalyse bis zum Vertragsmonitoring. Zudem bietet der Kompass eine Orientierungshilfe bei den Gütezeichen und Praxisbeispiele.

Weitere Informationen zu einzelnen Siegeln finden Sie zudem unter [Siegelklarheit](#) – einer Seite, die Siegel zu unterschiedlichen Produkten nach den drei Kriterien »Glaubwürdigkeit«, »Umweltverträglichkeit« und »Sozialverträglichkeit« bewertet und damit Transparenz zur Qualität der Siegel schafft.

### Weitere Bildungsangebote für Gesundheitsfachkräfte

- [Planetary Health – Gesunde Erde, gesunde Menschen. Virtuelle Hochschule Bayern](#)



## 6. Referenzen

---

- [01] Peter-Paul Pichler, Ingram S. Jaccard, Leonie Hanewinkel, et al. Sachbericht zum Projekt: Evidenzbasis Treibhausgasemissionen des deutschen Gesundheitswesens German-HealthCFP.
- [02] Ostertag K, Bratan T, Gandenberger C, et al. Ressourcenschonung im Gesundheitssektor – Erschließung von Synergien zwischen den Politikfeldern Ressourcenschonung und Gesundheit: Abschlussbericht. Texte 15/2021. Dessau-Roßlau 2021.
- [03] Dresen F. Reproduktive Gesundheit und ihre Versorgung im Anthropozän: Auswirkung der Klimakatastrophe auf die maternale, prä- und neonatale Gesundheit und Implikationen für die Hebammenarbeit. Hebamme 2023;36(04):59–66.
- [04] Giudice LC, Llamas-Clark EF, DeNicola N, et al. Climate change, women's health, and the role of obstetricians and gynecologists in leadership. Int J Gynaecol Obstet 2021;155(3):345–56. doi:10.1002/ijgo.13958 [veröffentlicht online: 25 Oktober 2021].
- [05] Baunach S. Klima- und Umweltkrise: Gefahr für Mutter und Kind. Heb Wiss 2023;4(4):14–17.
- [06] Chersich MF, Pham MD, Areal A, et al. Associations between high temperatures in pregnancy and risk of preterm birth, low birth weight, and stillbirths: systematic review and meta-analysis. BMJ 2020;371:m3811. doi:10.1136/bmj.m3811 [veröffentlicht online: 4. November 2020].
- [07] Quitmann C, Griesel S, Nayna Schwerdtle P, et al. Climate-sensitive health counselling: a scoping review and conceptual framework. Lancet Planet Health 2023;7(7):e600–e610.
- [08] Schwienhorst-Stich E-M, Holzinger D, Weimann E. Klimasensible Gesundheitsberatung in der kinderärztlichen Praxis. Kinderärztliche Praxis 2023;94(2):106–14.
- [09] Winkler E. So geht grünes Webdesign – 4 Tipps für eine nachhaltige Website 2021.
- [10] Heise Business Service Energiesparende Cloud: Grün für Umwelt und Geldbeutel. Zugriffen: 19. November 2024
- [11] Born A. Gutachten: Glasfaser überträgt Daten am energiesparendsten 2022. Zugriffen: November 19. 2024.
- [12] RKI. Epidemiologisches Bulletin 10/2024: KRINKO: Indikationsgerechter Einsatz medizinischer Einmalhandschuhe 2024 (Zugriffen: 19. Oktober 2024).
- [13] Axel Kramer, Julia Seifert, Marianne Abele-Horn et al. AWMF online – S2-Leitlinie Krankenhaushygiene: Händedesinfektion und Händehygiene. Zugriffen: 22. Januar 2024
- [14] Niebel D, Herrmann A, Balzer S, Hecker C, Koch S, Luhmann, E et al. (2023): Sustainability of dermatological offices and clinics: challenges and potential solutions. In: Journal der Deutschen Dermatologischen Gesellschaft = Journal of the German Society of Dermatology : JDDG 21 (1), S. 44–58. DOI: 10.1111/ddg.14952.
- [15] RKI. Anforderungen an die Hygiene bei der Reinigung und Desinfektion von Flächen Empfehlung der Kommission für Krankenhaushygiene und Infektionsprävention (KRINKO) beim Robert Koch-Institut. Bundesgesundheitsblatt Gesundheitsforschung Gesundheitsschutz 2022;65(10):1074–115.
- [16] Duane B, Steinbach I, Ramasubbu D, et al. Environmental sustainability and travel within the dental practice. Br Dent J 2019;226(7):525–30.
- [17] Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft. Nationale Strategie zur Reduzierung der Lebensmittelverschwendung. Berlin 2019.
- [18] Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. Planetary Health Diet. Bonn o.J.
- [19] Bundesministerium für Gesundheit. Arzneimittel richtig aufbewahren und entsorgen. Bonn/Berlin 2024.
- [20] DECHEMA. Arzneimittel-Entsorgung richtig gemacht! o.J.

- 
- [21] White SM, Shelton CL, Gelb AW, et al. Principles of environmentally-sustainable anaesthesia: a global consensus statement from the World Federation of Societies of Anaesthesiologists. *Anaesthesia* 2022;77(2):201–12. doi:10.1111/anae.15598 [veröffentlicht online: 1. November 2021].
- [22] McGranahan M, Cartwright A. Why Should We Care About Entonox? The Importance of Climate Change for Midwives. *TPM* 2020;23(07).
- [23] Bier A. Die Bedeutung des Stillens im Bereich Umweltschutz und Klimawandel. o. O. 2024.
- [24] McLachlan HL, Forster DA, Davey MA, et al. Effects of continuity of care by a primary midwife (caseload midwifery) on caesarean section rates in women of low obstetric risk: the COSMOS randomised controlled trial. *BJOG* 2012;119(12):1483–92. doi:10.1111/j.1471-0528.2012.03446.x [veröffentlicht online: 25 Juli 2012]

# 7. Checkliste

Als hebammengeleitete Einrichtung haben Sie verschiedene Maßnahmen, mit denen die ökologische Nachhaltigkeit verbessert werden kann. Im Folgenden können Sie die Maßnahmen aus verschiedenen Handlungsfeldern auswählen, die für Sie relevant sind und nach Umsetzung dieser Maßnahme abhaken. Unter der beschriebenen Maßnahme finden Sie Platz für Ihre eigenen Notizen.

## 1. Allgemeines

| Allgemeine Maßnahmen |           |                                                                                                                                |
|----------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Relevant             | Umgesetzt | Maßnahme                                                                                                                       |
|                      |           | Sie sind Vorbild und handeln ökologisch nachhaltig und ressourcenschonend.                                                     |
|                      |           |                                                                                                                                |
|                      |           | Sie hinterfragen und optimieren notwendige Prozesse, anstatt an liebgewonnenen und routinierten Arbeitsprozessen festzuhalten. |
|                      |           |                                                                                                                                |
|                      |           | Sie sind bei der Umsetzung geduldig mit sich selbst und Ihren Kolleg:innen.                                                    |
|                      |           |                                                                                                                                |

## 2. Information und Sensibilisierung

| Allgemeine Maßnahmen |           |                                                                                                                              |
|----------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Relevant             | Umgesetzt | Maßnahme                                                                                                                     |
|                      |           | Sie nutzen den Austausch und die Kooperation mit Kolleg:innen, um sich im Team über ökologische Nachhaltigkeit fortzubilden. |
|                      |           |                                                                                                                              |

| Allgemeine Maßnahmen |           |                                                                                                                                      |
|----------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Relevant             | Umgesetzt | Maßnahme                                                                                                                             |
|                      |           | Sie praktizieren klimasensibel und gemäß geltender Leitlinien, um Über-, Unter- oder Fehlversorgung zu vermeiden.                    |
|                      |           |                                                                                                                                      |
|                      |           | Sie schaffen Bewusstsein durch Lebensstilberatung zu gesunder Ernährung und Bewegung.                                                |
|                      |           |                                                                                                                                      |
|                      |           | Sie bieten klimasensible Gesundheitsberatung an und sind dabei personenzentriert, respektvoll und setzen auf freiwillige Motivation. |
|                      |           |                                                                                                                                      |

### 3. Organisation und Management

| Allgemeine Maßnahmen |           |                                                                                                                                                                                                |
|----------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Relevant             | Umgesetzt | Maßnahme                                                                                                                                                                                       |
|                      |           | Sie entwickeln eine Nachhaltigkeitsstrategie und etablieren Nachhaltigkeit als Thema in QM-Maßnahmenplänen. Dafür erfassen und bewerten Sie Ihren Verbrauch.                                   |
|                      |           |                                                                                                                                                                                                |
|                      |           | Sie ernennen eine klimabeauftragte bzw. nachhaltigkeitsbeauftragte Person (Berichte, Kommunikationskonzept, Vernetzung), und prüfen, inwiefern diese für Ihre Arbeit freigestellt werden kann. |
|                      |           |                                                                                                                                                                                                |
|                      |           | Sie achten bei der Auswahl von Bank/Finanzprodukten/Versicherung auf ESG-Kriterien.                                                                                                            |
|                      |           |                                                                                                                                                                                                |
|                      |           | Sie nutzen Strom für Ihre hebammengeleitete Einrichtung aus erneuerbaren Energien.                                                                                                             |
|                      |           |                                                                                                                                                                                                |
|                      |           | Sie reduzieren Papierverbrauch durch digitale Dokumentation, digitale Unterschrift und digitale Kommunikation.                                                                                 |
|                      |           |                                                                                                                                                                                                |

| Allgemeine Maßnahmen |           |                                                                                                           |
|----------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Relevant             | Umgesetzt | Maßnahme                                                                                                  |
|                      |           | Sie nutzen Ökopapier, wenn keine Digitalisierung möglich ist.                                             |
|                      |           |                                                                                                           |
|                      |           | Sie nutzen die Anbindung an Telematik-Infrastruktur für schnelle, sichere und zuverlässige Kommunikation. |
|                      |           |                                                                                                           |
|                      |           | Für Terminerinnerungen und weitere Aufgaben nutzen Sie die Möglichkeiten digitalen Arbeitens.             |
|                      |           |                                                                                                           |
|                      |           | Ihre Webseite ist nachhaltig und schlank gehalten.                                                        |
|                      |           |                                                                                                           |

## 4. IT-Ausstattung

| Allgemeine Maßnahmen |           |                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Relevant             | Umgesetzt | Maßnahme                                                                                                                                                                                                     |
|                      |           | Sie nutzen Refurbished-Geräte, um Elektroschrott zu vermeiden.                                                                                                                                               |
|                      |           |                                                                                                                                                                                                              |
|                      |           | Sie bevorzugen Cloud-Anbieter gegenüber einer lokalen Server-Infrastruktur.                                                                                                                                  |
|                      |           |                                                                                                                                                                                                              |
|                      |           | Sie nutzen die unterbrechungsfreie Stromversorgung.                                                                                                                                                          |
|                      |           |                                                                                                                                                                                                              |
|                      |           | Sie nutzen Bildschirme in der benötigten Größe und vermeiden kabellose Geräte, die Akkus benötigen. Vorhandene Geräte betreiben Sie mit aufladbaren Akkus/ Batterien bzw. diese werden abends ausgeschaltet. |
|                      |           |                                                                                                                                                                                                              |

| Allgemeine Maßnahmen |           |                                                                                                                               |
|----------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Relevant             | Umgesetzt | Maßnahme                                                                                                                      |
|                      |           | Sie nutzen digitale Alternativen zum Fax.                                                                                     |
|                      |           |                                                                                                                               |
|                      |           | Sie verwenden grüne Ethernet-Switches.                                                                                        |
|                      |           |                                                                                                                               |
|                      |           | Sie vermeiden lange Standby-Phasen und nutzen Programme, um Geräte bei längerer Nicht-Nutzung automatisiert herunterzufahren. |
|                      |           |                                                                                                                               |
|                      |           | Sie nutzen nachhaltige Suchmaschinen und grüne E-Mail-Anbieter. Alte E-Mails mit großen Anhängen werden gelöscht.             |
|                      |           |                                                                                                                               |
|                      |           | Sie führen regelmäßig Sicherheits- und andere Softwareupdates durch und überprüfen Ihre Geräte auf Funktionsfähigkeit.        |
|                      |           |                                                                                                                               |
|                      |           | Sie spenden oder verkaufen nicht mehr benötigte Geräte (Daten vollständig löschen) oder entsorgen diese fachgerecht.          |
|                      |           |                                                                                                                               |

## 5. Beschaffung

| Allgemeine Maßnahmen |           |                                                                           |
|----------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------|
| Relevant             | Umgesetzt | Maßnahme                                                                  |
|                      |           | Sie orientieren sich bei Beschaffungsvorgängen an ökologischen Kriterien. |
|                      |           |                                                                           |
|                      |           | Sie nutzen digitale Tools zur Bestandsüberprüfung und für Bestelllisten.  |
|                      |           |                                                                           |

| Allgemeine Maßnahmen |           |                                                                                                                     |
|----------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Relevant             | Umgesetzt | Maßnahme                                                                                                            |
|                      |           | Sie beschränken die Anzahl der Ausstattungsentensilien.                                                             |
|                      |           |                                                                                                                     |
|                      |           | Sie nutzen Nachfüllpackungen, wo dies aus hygienischen Gründen möglich ist.                                         |
|                      |           |                                                                                                                     |
|                      |           | Sie nutzen Arbeits- und Berufskleidung aus Baumwolle.                                                               |
|                      |           |                                                                                                                     |
|                      |           | Sie bilden Beschaffungs-, Nutzungs- oder Einkaufsgemeinschaften.                                                    |
|                      |           |                                                                                                                     |
|                      |           | Sie verzichten auf Werbung in gedruckter Form und lehnen unnötige Werbemittel ab.                                   |
|                      |           |                                                                                                                     |
|                      |           | Sie achten auf Verpackungsgrößen, die Ihrem tatsächlichen Bedarf entsprechen und vermeiden zu häufige Bestellungen. |
|                      |           |                                                                                                                     |
|                      |           | Sie geben Herstellern Rückmeldung zu Verbesserungspotenzialen bei der Bestellung.                                   |
|                      |           |                                                                                                                     |

## 6. Verbrauchsmittel

| Allgemeine Maßnahmen |           |                                                                                                                                                                 |
|----------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Relevant             | Umgesetzt | Maßnahme                                                                                                                                                        |
|                      |           | Sie tracken Ihren Verbrauch, um Einsparpotenziale zu identifizieren.                                                                                            |
|                      |           |                                                                                                                                                                 |
|                      |           | Sie optimieren Prozesse, um Verbrauchsmittel umweltverträglicher und effizienter einzusetzen.                                                                   |
|                      |           |                                                                                                                                                                 |
|                      |           | Sie reduzieren Verbrauchsmittel durch die Nutzung von Mehrwegmaterialien oder durch Ablehnung unnötiger Verbrauchsmittel.                                       |
|                      |           |                                                                                                                                                                 |
|                      |           | Sie achten bei notwendigen Produkten darauf, dass diese aus recyceltem, recyclingfähigem, regional hergestelltem oder CO <sub>2</sub> -sparendem Material sind. |
|                      |           |                                                                                                                                                                 |
|                      |           | Sie nutzen die Lebensspanne von Produkten aus.                                                                                                                  |
|                      |           |                                                                                                                                                                 |
|                      |           | Sie entsorgen bewusst und nachhaltig.                                                                                                                           |
|                      |           |                                                                                                                                                                 |
|                      |           | Sie binden Klient:innen ein, indem Sie zur Ressourcenschonung und Partizipation an nachhaltiger Versorgung anregen.                                             |
|                      |           |                                                                                                                                                                 |

## 7. Abfall

| Allgemeine Maßnahmen |           |                                                                                                                                                                                           |
|----------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Relevant             | Umgesetzt | Maßnahme                                                                                                                                                                                  |
|                      |           | Sie machen regelmäßig innerbetriebliche Bestandsaufnahmen zur Ableitung von Einsparpotenzialen und führen diese entsprechenden Maßnahmen aus.                                             |
|                      |           |                                                                                                                                                                                           |
|                      |           | Sie unterstützen ein zielgerichtetes Abfallmanagement (Sortierbarkeit in einzelne Wertstoffe) und richtige Mülltrennung, indem Sie Abfallbehälter kennzeichnen und eindeutig beschildern. |
|                      |           |                                                                                                                                                                                           |
|                      |           | Sie nutzen Mehrwegprodukte, um Abfall durch Einwegprodukte zu vermeiden.                                                                                                                  |
|                      |           |                                                                                                                                                                                           |
|                      |           | Sie beschränken den Einsatz von Einmalhandschuhen und richten die Verwendung an den KRINKO Empfehlungen aus.                                                                              |
|                      |           |                                                                                                                                                                                           |
|                      |           | Sie binden Schwangere, Wöchner:innen und Familien in die Abfallvermeidung ein. Dazu bieten Sie Tauschregale, nachhaltige Wickelplätze bzw. Informationen zu Nachhaltigkeitsaspekten an.   |
|                      |           |                                                                                                                                                                                           |

## 8. Hygiene und Desinfektion

| Allgemeine Maßnahmen |           |                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Relevant             | Umgesetzt | Maßnahme                                                                                                                                                                                                                        |
|                      |           | Ihr Hygieneplan steht in Einklang mit relevanten Hygienevorgaben. Sie sensibilisieren auch Ihre Klient:innen, deren Angehörige für die angemessene und richtige Verwendung von Desinfektionsmittel in der eigenen Häuslichkeit. |
|                      |           |                                                                                                                                                                                                                                 |
|                      |           | Sie planen die Reihenfolge von Arbeitsabläufen und nutzen Handschuhe vor allem zum Eigenschutz.                                                                                                                                 |
|                      |           |                                                                                                                                                                                                                                 |

| Allgemeine Maßnahmen |           |                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Relevant             | Umgesetzt | Maßnahme                                                                                                                                                                                                                              |
|                      |           | Sie achten auf regelmäßige und korrekte Hautpflege.                                                                                                                                                                                   |
|                      |           |                                                                                                                                                                                                                                       |
|                      |           | Sie achten beim Kauf von Desinfektions- und Oberflächenreinigungsmitteln auf Umweltsiegel wie dem EU-Umweltkennzeichen oder Blauer Engel.                                                                                             |
|                      |           |                                                                                                                                                                                                                                       |
|                      |           | Sie nutzen Produkte mit breitem Anwendungsspektrum bzw. hohem Alkoholanteil.                                                                                                                                                          |
|                      |           |                                                                                                                                                                                                                                       |
|                      |           | Sie setzen persönliche Schutzausrüstung bedarfsgerecht ein.                                                                                                                                                                           |
|                      |           |                                                                                                                                                                                                                                       |
|                      |           | Sie waschen in den eigenen Räumlichkeiten. Sie nutzen die chemische Aufbereitung bzw. verwenden umweltfreundliche Waschmittel. Sie nutzen zum Waschen von Praxiswäschestücken konsequent die Eco-/ Sparprogramme Ihrer Waschmaschine. |
|                      |           |                                                                                                                                                                                                                                       |

## 9. Mobilität

| Allgemeine Maßnahmen |           |                                                                       |
|----------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------|
| Relevant             | Umgesetzt | Maßnahme                                                              |
|                      |           | Sie planen Ihre Routen unter ökologischen Gesichtspunkten.            |
|                      |           |                                                                       |
|                      |           | Sie sparen Fahrten an geeigneter Stelle mittels digitaler Medien ein. |
|                      |           |                                                                       |
|                      |           | Sie nutzen Hebammenzentralen oder kleinere Hebammennetzwerke.         |
|                      |           |                                                                       |

| Allgemeine Maßnahmen |           |                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Relevant             | Umgesetzt | Maßnahme                                                                                                                                                                                               |
|                      |           | Sie bieten verschiedene Möglichkeiten der Mobilität an.                                                                                                                                                |
|                      |           |                                                                                                                                                                                                        |
|                      |           | Sie unterstützen radförderliche Mobilität, indem Sie eine Infrastruktur schaffen, die Radmobilität unterstützt (bspw. Duschen, überdachte Fahrradplätze).                                              |
|                      |           |                                                                                                                                                                                                        |
|                      |           | Sie binden Klient:innen und Familien bei der nachhaltigen Praxisführung ein und verweisen auf Ihrer Internetseite auf nahegelegenen ÖPNV, Fahrradstellplätze oder Elektro-Ladesäulen für Rad und Auto. |
|                      |           |                                                                                                                                                                                                        |
|                      |           | Sie reduzieren die Autoflotte, nutzen Carsharing-Angebote und unterstützen Fahrgemeinschaften.                                                                                                         |
|                      |           |                                                                                                                                                                                                        |
|                      |           | Sie schaffen eine Ladeinfrastruktur aus regenerativem Strom.                                                                                                                                           |
|                      |           |                                                                                                                                                                                                        |

## 10. Büroausstattung

| Allgemeine Maßnahmen |           |                                                                                                           |
|----------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Relevant             | Umgesetzt | Maßnahme                                                                                                  |
|                      |           | Sie kaufen Mobiliar gebraucht oder bei umweltfreundlichen Anbietern. Sie achten hierbei auf helle Farben. |
|                      |           |                                                                                                           |
|                      |           | Sie achten auf optimale Materialpflege, um die Langlebigkeit von Produkten zu unterstützen.               |
|                      |           |                                                                                                           |

## 11. Räume und Gebäude

| Allgemeine Maßnahmen |           |                                                                                                                                                         |
|----------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Relevant             | Umgesetzt | Maßnahme                                                                                                                                                |
|                      |           | Sie nutzen grüne Textilien und achten auf Gütesiegel und Blauer Engel bei Mobiliar.                                                                     |
|                      |           |                                                                                                                                                         |
|                      |           | Sie vermeiden Doppelanschaffungen bei elektronischen Kleingeräten, Medizinprodukten und Mobiliar durch zweckgebundene Räume.                            |
|                      |           |                                                                                                                                                         |
|                      |           | Sie nutzen Thermostatventile und Zeitschaltuhren, um die Raumtemperatur nach Uhrzeit zu regeln.                                                         |
|                      |           |                                                                                                                                                         |
|                      |           | Sie setzen auf grüne (Außen-) Verschattung und verwenden Sonnenschutzfolien und andere energiearme Technik zur Hitzedämmung.                            |
|                      |           |                                                                                                                                                         |
|                      |           | Sie nutzen energieeffiziente LED-Beleuchtung oder mieten diese an. Sie installieren Bewegungsmelder, um Leuchtzeit zu minimieren und Energie zu sparen. |
|                      |           |                                                                                                                                                         |
|                      |           | Sie haben ein Lüftungskonzept, das Sie mit Kolleg:innen abgestimmt haben.                                                                               |
|                      |           |                                                                                                                                                         |
|                      |           | Sie sparen Wasser durch Perlatoren, Sparperlatoren oder Sparspülkästen bzw. Sperrtaste bei Toilettenspülungen.                                          |
|                      |           |                                                                                                                                                         |

## 12. Medizinprodukte

| Allgemeine Maßnahmen |           |                                                                                                                                     |
|----------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Relevant             | Umgesetzt | Maßnahme                                                                                                                            |
|                      |           | Sie achten auf Nachhaltigkeit von Lieferketten und Transportwegen.                                                                  |
|                      |           |                                                                                                                                     |
|                      |           | Sie ersetzen Einmalmaterialien durch Mehrwegmaterialien bzw. nutzen recyclingfähige Einwegmaterialien.                              |
|                      |           |                                                                                                                                     |
|                      |           | Sie nutzen Medizinprodukte mit einer langen Lebensdauer oder solche, bei denen eine Eichung möglich ist.                            |
|                      |           |                                                                                                                                     |
|                      |           | Sie teilen sich die Nutzung von Medizintechnik, die selten verwendet wird, gemeinsam mit Kolleg:innen.                              |
|                      |           |                                                                                                                                     |
|                      |           | Sie bevorzugen Medizinprodukte mit Verpackungsmaterial aus Kunststoff, der dem Dualen System Deutschland zurückgeführt werden kann. |
|                      |           |                                                                                                                                     |

### 13. Verpflegung und Catering

| Allgemeine Maßnahmen |           |                                                                                                                                                                               |
|----------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Relevant             | Umgesetzt | Maßnahme                                                                                                                                                                      |
|                      |           | Sie bevorzugen saisonale, regionale Produkte aus biologischem Anbau und fairem Handel. Sie prüfen eine Teilnahme an einem Netzwerk der Solidarischen Landwirtschaft (SOLAWI). |
|                      |           |                                                                                                                                                                               |
|                      |           | Sie bieten Leitungswasser statt Wasser in Plastikflaschen an und vermeiden die Bereitstellung von verpackten und stark verarbeiteten Lebensmitteln.                           |
|                      |           |                                                                                                                                                                               |
|                      |           | Sie achten auf die richtige Lagerung von Lebensmitteln.                                                                                                                       |
|                      |           |                                                                                                                                                                               |
|                      |           | Sie vermeiden die Verschwendung von Lebensmitteln. Überschüssige Produkte bieten Sie in Foodsharing-Projekten an.                                                             |
|                      |           |                                                                                                                                                                               |
|                      |           | Sie integrieren umweltbezogene Standards für die Essens- und Getränkeverpflegung in das QM-Handbuch.                                                                          |
|                      |           |                                                                                                                                                                               |
|                      |           | Sie achten bei der Auswahl von Catering-Anbieter:innen auf ökologische Kriterien und fairem Handel.                                                                           |
|                      |           |                                                                                                                                                                               |
|                      |           | Sie sensibilisieren Ihre Mitarbeitenden und Klient:innen über nachhaltige Ernährungsformen und -aspekten.                                                                     |
|                      |           |                                                                                                                                                                               |

## 14. Arzneimittel

| Allgemeine Maßnahmen |           |                                                                                                                                          |
|----------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Relevant             | Umgesetzt | Maßnahme                                                                                                                                 |
|                      |           | Sie achten auf die sparsame Nutzung von Arzneimitteln.                                                                                   |
|                      |           |                                                                                                                                          |
|                      |           | Sie lagern Medikamente richtig: Sie berücksichtigen insbesondere die Hitze im Sommer und die Kälte nachts und im Winter (bspw. im Auto). |
|                      |           |                                                                                                                                          |
|                      |           | Sie entsorgen Medikamente richtig.                                                                                                       |
|                      |           |                                                                                                                                          |
|                      |           | Sie informieren sich und andere über klimafreundliche Alternativen zu Medikamenten.                                                      |
|                      |           |                                                                                                                                          |

# Impressum

---

**Fraunhofer-Institut für  
System- und Innovationsforschung  
Breslauer Straße 48  
76139 Karlsruhe**

**Autor:innen Fraunhofer ISI**

Dr. Tanja Bratan  
Claudia Schlüfter  
Diana Schneider  
Dr. Frank Marscheider-Weidemann

**Externe Autorinnen**

Anja Lehnertz-Hemberger  
Susanne Teuerle  
Martha Greif  
Jana Hartwig  
Gundula Schmidt  
alle Health for Future (AG Midwives for Future)

**Grafische Gestaltung**

Alice Rensland

**Satz und Reinzeichnung**

Jenny Habermehl

**Bildnachweise**

- shutterstock.com
  - hoangpts
  - VectorMine
- Freepik

© Fraunhofer ISI  
Karlsruhe, Februar 2025

**Die folgenden Personen haben an der Erstellung der Leitfadeneinhalte mitgewirkt und wir danken Ihnen herzlich für Ihre Unterstützung:**

Peggy Ahl | ABDA e. V.  
Saad Baradiy | iproplan Planungsgesellschaft mbH  
Ingo Böing | DBfK e. V.  
Max Bürck-Gemassmer | KLUG e. V.  
Vanessa Diel | BED e. V.  
Susanne Filfil | KlimaDocs e. V.  
Judith Franken | KBV  
Juliane Gössling | BZÄK e. V.  
Bernd Gruber | Marienhospital Osnabrück  
Antje Hammer | BVKJ e. V.  
Cornelia Heinze | Pflegewissenschaft Evangelische Hochschule Berlin  
Sabrina Heizmann | BED e. V.  
Annette Hempen | AdA – Bundesverband Arzt-, Praxis- und Gesundheitsnetze e. V.  
Alina Herrmann | Heidelberger Institut für Global Health  
Daniela Hoxhold | AdA – Bundesverband Arzt-, Praxis- und Gesundheitsnetze e. V.  
Kerstin Kemnitz | Falkenapotheke Weißensee  
Silke Lehmann | LZKH Hessen  
Steffi Löllgen | Logopädin  
Peter Pott | Institut für Medizingerätetechnik Universität Stuttgart  
Claudia Reimers | Pharmacists for Future  
Florian | Rinsche | KBV  
Linda Ruppert | ABDA e. V.  
Daniela Schippers | Logopädin  
Ignaz Schmidt | BVKJ e. V.  
Markus Schulte | LZKH Hessen  
Lisa Seiler | KlimaDocs e. V.  
Doris Seitz | LZKH Hessen  
Peiman Shah-Nazar | Institut für Medizingerätetechnik Universität Stuttgart  
Renate Stark | LZKH Hessen  
Sören-Hauke Stockmann | ELBE Baubetreuungs- und Betriebsgesellschaft mbH  
Burkhard Strauß | Hausärztinnen- und Hausärzterverband e. V.  
Franziska Voß | Apotheke am Bodden  
Anne Wasserman | WaNiKa GmbH  
Christina Wenzel | DBfK e. V.  
Christof Wettach | BVKJ e. V.