

ARBEITS- UND GESUNDHEITSSCHUTZ

Sommerhitze – Arbeiten im Freien

SCHÄDLICHE UV-STRAHLUNG

Bei Tätigkeiten im Freien steigt das Risiko, an den Auswirkungen schädlicher UV-Strahlung, die unter anderem zu Hautkrebs führen kann, zu erkranken.

„Bei Menschen, die beruflich natürlicher UV-Strahlung ausgesetzt sind, können einige Vorstufen oder Formen von weißem Hautkrebs als Berufskrankheit anerkannt werden.“

Oberste Priorität hat auch in Zukunft die Verhinderung von arbeitsbedingten Hautkrebserkrankungen durch die Sonne.

(Hinweise zur Vorsorge und zu gesetzlichen Grundlagen finden Sie auf siehe Seite 3.)

GEFÄHRLICHER HITZSCHLAG

Mit einem Hitzeschlag ist nicht zu spaßen. Steigt die Körpertemperatur bei einem Hitzeschlag über 40 °C muss dieser sofort behandelt werden.

Anzeichen sind:

- ▶ heiße, trockene und rote Haut
- ▶ Übelkeit / Erbrechen
- ▶ Verwirrtheit oder Bewusstlosigkeit
- ▶ Herz-Kreislaufstörungen oder Atemstörungen

PERSONENBEZOGENE SCHUTZMASSNAHMEN

Wie kann ich mich selbst schützen?

- ▶ Nackte Oberkörper sind tabu! Kleidung, die Arme und Beine bedeckt schützt!
(Sonnenscreme auf nicht bedeckten Hautstellen!)
- ▶ helle Kopfbedeckung mit Nackenschutz
- ▶ Sonnenbrille mit Seiten- und UV-Schutz tragen
- ▶ Natürlichen Schatten in Pausen nutzen



HITZSCHLAG → ERSTE HILFE

NOTRUF



- ▶ Person in Schatten/an kühlen Ort bringen
- ▶ ggf. eingengte, schwere Kleidung entfernen
- ▶ Flüssigkeit zuführen (bei vollem Bewusstsein)
- ▶ Körper mit Wasser kühlen
- ▶ Atemstillstand - Wiederbelebungsmaßnahmen

GEFAHREN DURCH HITZE / SONNE

- ▶ Sonnenstich, Hitzeerschöpfung, Hitzschlag, Hitzetod
- ▶ Unfallgefahr durch Beeinträchtigung der Konzentration
- ▶ Sonnenbrand, erhöhtes Hautkrebsrisiko, Bindehautentzündung
- ▶ Augenbrennen, Reizgefühl in Hals und Rachen, Atemnot, Kopfschmerzen



Quelle: www.bg-bau.de

VORSICHT
SOMMERHITZE

WIE VERHALTE ICH MICH RICHTIG?

- ▶ Körperlich anstrengende Arbeiten möglichst nicht zwischen 10:00 Uhr und 15:00 Uhr durchführen und Arbeitszeiten in die Morgen- und Abendstunden verlegen
- ▶ Arbeiten wenn möglich in den Schatten verlegen
- ▶ Unbedeckte Hautstellen mit LSF ≥ 30 eincremen
Nacken nicht vergessen!
- ▶ Häufig Kurzpausen/Trinkpausen im Schatten einlegen
- ▶ geeignete Getränke:
 - alkoholfrei, ungesüßt, kohlenstoffarm
 - trinken bevor der Durst einsetzt
z.B. Wasser, Fruchtsaftchorle, Fruchtetee
- ▶ Leichte Mahlzeiten einnehmen

GEFAHREN DURCH OZONBELASTUNG

Auf Symptome bei sich und Kollegen*innen achten - bei ersten Anzeichen sofort handeln!

➔ TOP-Prinzip



Quelle: www.md.de

Sonnenstich

Anzeichen:

Kopfschmerzen, Nackensteifigkeit, starkes Schwitzen kalter Schweiß, Frösteln, Blässe, schneller, schwacher Puls, Schwindel, Bewusstseinsstrübung, Übelkeit - ggf. Muskelkrämpfe

Erste Hilfe:

- ▶ Arbeit unterbrechen
- ▶ Kollegen*innen aufmerksam machen
- ▶ an kühlen, schattigen Ort bringen
- ▶ bei Schwindel hinlegen
- ▶ salzhaltige Flüssigkeit in kleinen Schlucken (wenn bewusstseinsklar)

GESETZLICHE GRUNDLAGEN

Für betreffende Beschäftigte ist die **Vorsorge** „Natürliche optische Strahlung“ anzubieten, sofern die Kriterien dazu erfüllt werden:
Rechtliche Grundlage ist hier die ArbMedVV (Verordnung zur arbeitsmedizinischen Vorsorge), Anhang Teil 3 (2):

- (5) *Tätigkeiten im Freien mit intensiver Belastung durch natürliche UV-Strahlung von regelmäßig einer Stunde oder mehr je Tag. Der Arbeitgeber hat Maßnahmen des Arbeitsschutzes zu treffen, durch die die Belastung durch natürliche UV-Strahlung möglichst gering gehalten wird.*

TOP-PRINZIP

- ▶ **Technische** Maßnahmen (schattenspendende) sowie
- ▶ **organisatorische** Maßnahmen (Meiden der Mittagssonne, Begrenzung der Expositionszeit) stehen im **Vordergrund**,
- ▶ **persönliche** Schutzmaßnahmen (wie z.B. abschattende Kopfbedeckung) sind unabhängig von der arbeitsmedizinischen Vorsorge zu betrachten und müssen vom Arbeitgeber zur Verfügung gestellt werden.



Arbeitsschutz-Wiki.de

Auszug aus den AMR (Arbeitsmedizinischen Regeln) 13.3 (Abschnitt 4.2)

- (1) *Arbeitgeber haben Beschäftigten eine Angebotsvorsorge unter folgenden Voraussetzungen, die alle erfüllt sein müssen, anzubieten: Bei Tätigkeiten im Freien*
- *im Zeitraum April bis September*
 - *zwischen 10 Uhr und 15 Uhr MEZ (entspricht 11 Uhr bis 16 Uhr MESZ)*
 - *ab einer Dauer von insgesamt mindestens einer Stunde pro Arbeitstag*
 - *an mindestens 50 Arbeitstagen.*
- (2) *Bei Tätigkeiten im Schatten (zum Beispiel durch Einhausung oder andere Verschattungsmaßnahmen), die dort dauerhaft und ununterbrochen ausgeübt werden, ist eine Angebotsvorsorge aufgrund der geringeren Intensität der UV-Strahlung erst ab einer Dauer von insgesamt mindestens zwei Stunden anzubieten. Die übrigen in Absatz 1 genannten Kriterien bleiben davon unberührt.*

WIR BERATEN SIE GERNE

ZAA Iserlohn
Albecke 4
58638 Iserlohn
[W] www.zaa-iserlohn.de

Arbeitsmedizin
[T] 02371 78976-0
[M] medizin@zaa-iserlohn.de

Arbeitssicherheit
[T] 02371 78976-20
[M] sicherheit@zaa-iserlohn.de