

22. Februar 2022

Faktenblatt der Arbeitsschutzbehörde des Freistaates Sachsen

➤ Schutz vor sommerlicher Hitze und UV-Strahlung

In der Arbeitsstätte und insbesondere an Arbeitsplätzen im Freien sind die Beschäftigten in den Sommermonaten einer erhöhten Hitze- und UV-Strahlenbelastung ausgesetzt. Damit sich Arbeitgeber und Beschäftigte auf die saisonale Besonderheit einstellen können, wurde eine Publikation für Sie erstellt. Dies bietet eine entsprechende Hinweissammlung, um die Belastungen so gering wie möglich zu halten. An erster Stelle steht hierbei die Vermeidung von Arbeitsunfällen aber auch die Gesundheit und das Wohlbefinden sollen erhalten bleiben. Dies ist insbesondere bei der UV-Strahlen-Exposition zu beachten: Thema Hautkrebs. Dieses Faktenblatt ergänzt die Publikation „Tipps für heiße Sommertage am Arbeitsplatz“.

1. Allgemeine Grundsätze

Grundsätzlich gibt es kein Recht auf „Hitzefrei“ oder klimatisierte Räume. ABER der Arbeitgeber ist nach § 4 Arbeitsschutzgesetz (ArbSchG) verpflichtet, die Arbeit so zu gestalten, dass eine Gefährdung für Leben und Gesundheit möglichst vermieden wird und verbleibende Gefährdungen geringgehalten werden.

Entsprechend § 5 des ArbSchG in Verbindung mit § 3 der Arbeitsstättenverordnung (ArbStättV) hat der Arbeitgeber die vorhandenen Gefährdungen am Arbeitsplatz zu ermitteln, zu bewerten und geeignete Maßnahmen zu deren Minimierung festzulegen.

Die Fürsorgepflicht des Arbeitgebers beinhaltet dabei auch den Schutz der Gesundheit vor Schädigungen durch hohe Außentemperaturen und Sonneneinstrahlung am Arbeitsplatz.

Während es im Arbeitsraum die Belastung durch zu hohe Lufttemperatur ist, die zu einer gesundheitlichen Schädigung führen kann, so kommen bei im Freien liegenden Arbeitsplätzen zusätzliche Belastungen durch direkte Sonnenstrahlung (Hitze, UV-Strahlung) und Ozon hinzu.

Wirkung übermäßiger Hitze

- sinkende Leistungsfähigkeit bereits ab Temperaturen von 22 °C - pro zusätzlichem Wärmegrad um weitere 5%
- sinkende Motivation, vorzeitige Ermüdung, Konzentrationsschwäche
- vermehrte Schweißabgabe und erhöhte Herz-Kreislaufbelastung

Wirkung intensiver UV-Strahlung (Tageshöchstwerte ca. 10.00 bis 14.00 Uhr)

- Hautschäden - Nicht vergessen! Auch beim Lichtbogenschweißen entsteht UV-Strahlung
- Augenschäden
- Hautkrebs als Langzeitfolge

Wirkung hoher Ozonbelastung (Tageshöchstwerte ca. 16.00 bis 18.00 Uhr)

- Augenbrennen
- Reizgefühl in Hals und Rachen
- Atemnot und Kopfschmerzen

Infobox Hautkrebs: Vorsicht! Hautkrebs ist eine der häufigsten Berufskrankheiten. Daher: Haut und Augen schützen!!! durch – Verschattung, - UV-Schutzmittel, - passende Kleidung.

!!! Damit erhöht sich auch das UNFALLRISIKO am Arbeitsplatz !!!

Bei den durch den Arbeitgeber zu treffenden Maßnahmen zur Minimierung der Gesundheitsgefahren am Arbeitsplatz hat der Gesetzgeber eine verbindliche Rangfolge vorgeschrieben. So sind zunächst technische, dann organisatorische und als letzte Möglichkeit persönliche Schutzmaßnahmen zu ergreifen.

Pflicht der Beschäftigten (ArbSchG § 15) ist es, entsprechend den Sicherheitsanweisungen des Arbeitgebers zu handeln und nach ihren Möglichkeiten für ihre Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit selbst Sorge zu tragen.

2. Arbeitsplätze in Arbeitsräumen

Ausgenommen sind Arbeitsplätze, an denen technologisch bedingt spezifische Anforderungen an das Raumklima gestellt werden (z. B. Hitze- oder Kältearbeitsplätze).

Rechtsslage

Die Arbeitsstättenverordnung verlangt im Anhang A3.5 eine unter Berücksichtigung der Arbeitsverfahren und der körperlichen Beanspruchung der Beschäftigten gesundheitlich zuträgliche Raumtemperatur und den Schutz vor übermäßiger Sonneneinstrahlung. Die untersetzende Arbeitsstätten-Regel ASR A3.5 Raumtemperaturen legt im Punkt 4.2 fest, dass die Lufttemperatur in Arbeitsräumen + 26 °C nicht überschreiten soll und dass bei darüberliegender Außentemperatur in Ausnahmefällen die Lufttemperatur höher sein darf.

Besteht die Gefahr, dass aufgrund einer erhöhten Raumtemperatur gesundheitliche Gefährdungen für die Arbeitnehmer auftreten können, ist der Arbeitgeber verpflichtet, dies in der Gefährdungsbeurteilung nach § 3 ArbStättV zum Schutz der Gesundheit seiner Arbeitnehmer zu bewerten und Maßnahmen festzulegen.

Mögliche Schutzmaßnahmen vor zu starker Hitze im Arbeitsraum können sein:

technische Maßnahmen

- spezielle Fassadenverkleidung und spezielle Fensterverglasungen
- Außenjalousien und hinterlüftete Markisen
- innen liegender Sonnenschutz (helles, hoch reflektierendes Material)
- Klimaanlage (bei hohen Außenlufttemperaturen Temperaturabstand von ca. 6 K zur Raumlufttemperatur einstellen - Gefahr des Hitzeschocks beim Gang ins Freie)
- innere Wärmequellen reduzieren (Lampen, PC, Drucker, Scanner, Kopierer)
- Mobile Klimageräte, Tischventilatoren (mögliche Zugluft beachten)

organisatorische Maßnahmen

Lüftung

- intensive Durchlüftung (Querlüftung) in den Nachtstunden oder in den frühen Morgenstunden
- Fenster tagsüber geschlossen halten

Arbeitszeit

- verlagern – früher beginnen, längere Mittagspausen im unbelasteten Bereich
- verkürzen – Nutzung von Gleitzeitregelungen
- Vermeidung von Überstunden

Arbeitsort

- verlegen – Tätigkeit im unbelasteten Bereich ausführen, oder Zwischenarbeiten im unbelasteten Bereich organisieren

Arbeitsinhalt

- schwere körperliche Arbeit in den heißen Stunden vermeiden oder reduzieren
- durch kurze Ruhepausen unterbrechen

personenbezogene Maßnahmen

Kleidung

- luftdurchlässige, nicht einengende, leichte Kleidung
- Lockerung der Kleiderordnung

Trinken

- ungesüßte Kräutertees, Leitungs- oder kohlen säurearmes Mineralwasser, verdünnter Fruchtsaft
- genügend - ca. 2 Liter pro Tag, bei schwerer Arbeit 2,5 bis 3 Liter
- rechtzeitig - vor dem Durstgefühl
- in angemessenem Maße - kleinere Portionen
- nicht zu kalt - ca. 20 °C
- Alkohol und koffeinhaltige Getränke vermeiden

Essen

- leichte Kost
- kleine Portionen
- Mineralstoffhaushalt ausgleichen - z. B. durch den Verzehr einer Banane

Arbeitsweise

- kräfteschonende Arbeitsweise

3. Arbeitsplätze im Freien

Rechtsslage

Bei der nach § 5 ArbSchG und § 3 ArbStättV (siehe Allgemeine Grundsätze) vorzunehmenden Gefährdungsbeurteilung hat der Arbeitgeber auch die gesundheitlichen Gefährdungen durch sonnenbedingte Witterungseinflüsse an Arbeitsplätzen im Freien zu ermitteln, zu bewerten und Maßnahmen zum Schutz der Gesundheit seiner Arbeitnehmer festzulegen.

Mögliche Schutzmaßnahmen vor zu starker Hitze, UV-Strahlung und Ozonbelastung bei Arbeitsplätzen im Freien können sein:

technische Maßnahmen

- künstliche Beschattung der Arbeitsplätze durch Überdachungen, Sonnensegel, Sonnenschirme
- Einrichtung provisorischer Unterstellmöglichkeiten
- UV-abweisende Fenster an Fahrzeugen

organisatorische Maßnahmen

Allgemein

- Arbeitnehmer über die Gefahren durch Hitze, UV-Strahlung und Ozon informieren und Schutzmaßnahmen festlegen
- direkte Sonne (vor allem Mittagssonne) vermeiden
- Umgebungsbedingungen und Arbeitnehmer an den verschiedenen Arbeitsplätzen beständig beobachten

Arbeitszeit

- verlagern - frühe Morgenstunden nutzen
- unterbrechen - ggf. stündlich kurze Pausen (mind. 5 Minuten) und längere Mittagspause an einem kühlen und schattigen Ort

Arbeitsort

- verlagern - Tätigkeiten in den unbelasteten Bereich verlagern, oder Zwischenarbeiten im unbelasteten Bereich organisieren
- wechseln - Arbeitsplatzwechsel zwischen belastenden und unbelastenden Arbeitsorten organisieren

Arbeitsinhalte

- Notwendigkeit der auszuführenden Arbeiten (generell oder tageszeitabhängig) prüfen
- schwere körperliche Arbeit (z. B. stetes Besteigen von Treppen und Leitern, Heben und Tragen von schweren Lasten) unbedingt in die Morgenstunden verlegen und in den heißen Mittagsstunden vermeiden oder reduzieren
- durch Einsatz technischer Hilfsmittel die Arbeit erleichtern oder von mehreren Personen ausführen lassen

personenbezogene Maßnahmen

Kleidung

- körperbedeckende, wärme- und feuchtigkeitsdurchlässige, leichte Kleidung
- Kopfbedeckung mit Nackenschutz
- Kleidung möglichst mit UV-Schutz: Kennzeichnung „UV Standard 801“
- keine nasse Kleidung tragen: sie senkt den UV-Schutz um bis zu 50 %
- Tragzeitbegrenzungen von Schutzanzügen in Verbindung mit Atemschutzmasken, Berufsgenossenschaftliche DGUV-Regel 112-189 und 112-190 beachten, tätigkeitsbezogene Gefährdungsbeurteilung unter Einbeziehung eines Arbeitsmediziners vornehmen
- Sonnenbrille mit seitlichem Augenschutz, sinnvolle Anschaffungskriterien: CE-Kennzeichen, Hinweis auf „UV400“, Blendschutzkategorie 2 oder 3

Trinken

- ständige Verfügbarkeit von Getränken gewährleisten
- ungesüßte Kräutertees, Leitungs- oder kohlen säurearmes Mineralwasser, verdünnter Fruchtsaft
- genügend - ca. 2 Liter pro Tag, bei schwerer Arbeit 2,5 bis 3 Liter
- rechtzeitig - vor dem Durstgefühl

- in angemessenem Maße - kleinere Portionen
- nicht zu kalt - ca. 20 °C
- Alkohol und koffeinhaltige Getränke vermeiden

Essen

- leichte Kost
- kleine Portionen
- Mineralstoffhaushalt ausgleichen - z. B. durch den Verzehr einer Banane

Arbeitsweise

- kräfteschonende Arbeitsweise

Hautschutz

- freie Körperpartien (auch Lippen) durch Sonnenschutzcreme schützen
- wegen Schweißbildung wasserfeste Sonnenschutzcreme mit genügend hohem Lichtschutzfaktor verwenden

4. Ergänzende Hinweise für Arbeitsplätze in Arbeitsräumen und Arbeitsplätze im Freien

- Maßnahmen gegen Hitze, UV-Strahlung und Ozonbelastung rechtzeitig planen
- Informationen zur aktuellen Wetterlage einholen
- Einbeziehung der betrieblichen Arbeitsschutzakteure (Sicherheitsfachkraft, Betriebsarzt, Betriebs- und Personalrat)
- Schaffung von Akzeptanz durch Aufklärung und Einbeziehung der Beschäftigten
- Rücksichtnahme gegenüber besonderen Personengruppen (wie z. B. ältere und chronisch Kranke, werdende oder stillende Mütter, Frauen an Steharbeitsplätzen, Menschen mit bestimmten Behinderungen)
- gegenseitige Aufmerksamkeit und Rücksichtnahme, auf Anzeichen von Gesundheitsstörungen durch Hitze (Erschöpfung, Kopfschmerzen, Übelkeit, Erbrechen, Schwindel) bei sich und anderen achten
- Hitzeschäden als Folge einer starken Sonnenexposition können grundsätzlich nicht als Berufskrankheit anerkannt werden.
- Hautkrebs in Form von multipler "aktinischer Keratosen" als Folge von häufiger Sonnenexposition ist als Berufskrankheit anerkannt.

5. Weiterführende Informationen

www.dwd.de

Deutscher Wetterdienst: aktuelle Wetterlage, Hitzewarnungen, UV-Warnungen

www.bfs.de

Bundesamt für Strahlenschutz: unter „optische Strahlung“: aktuelle UVI-Messwerte und weiteres Informationsmaterial zum Thema

www.baua.de

Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin: Publikationen / Broschüren „Licht und Schatten Schutz vor Sonnenstrahlung für Beschäftigte im Freien“

www.baua.de/sommertipps.de

„Empfehlungen für heiße Sommertage in
Arbeitsstätten“

www.bgbau.de

Suche: Sonne und Hitze

www.dguv.de

Suche: Hautkrebs

www.arbeitssicherheit.de

Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung:
Berufsgenossenschaftliche Vorschriften- und
Regelwerk
DGUV-Regel 112-189 „Einsatz von Schutzkleidung“,
DGUV-Regel 112-190 „Benutzung von
Atemschutzgeräten
DGUV-Info 215-444 „Sonnenschutz im Büro“
DGUV-Info 209-010 „Lichtbogenschweißen“

Haben Sie Fragen? Bitte wenden Sie sich an:

Landesdirektion Sachsen, Abteilung 5 Arbeitsschutz

Die regionalen Kontaktdaten der **Landesdirektion Sachsen, Abteilung Arbeitsschutz** finden Sie auf der Internetseite der [Arbeitsschutzverwaltung des Freistaates Sachsen](#).