

Sommerhitze am Arbeitsplatz

Leitlinien des betrieblichen Dienstes für Arbeitsmedizin –
Abteilung ärztliches Arbeitsinspektorat

Telefon: 0471 437155

E-Mail: medlav.ispettorato@sabes.it

Vorwort

Der betriebliche Dienst für Arbeitsmedizin – Abteilung ärztliches Arbeitsinspektorat des Südtiroler Sanitätsbetriebes hat folgende Mitteilung erarbeitet, um Arbeitgeber und Arbeitnehmer korrekt und praxisorientiert über dieses Thema zu informieren.

Im Sommer und mit dem Klimawandel, mit dem Eintreten und Andauern von Hitzewellen wiederholt sich jährlich der Notfall der Sommerhitze am Arbeitsplatz. Auswirkungen auf die Gesundheit, wie z.B. erhöhte Sterbequoten oder Einlieferungen in Krankenhäuser, aber auch Aufnahmen in die Erste Hilfe sind dokumentiert. Die hohen Temperaturen können Übelkeit hervorrufen oder die Konzentrationsfähigkeit vermindern. Dies wiederum erhöht das Risiko von Unfällen.

Diejenigen, die ihren Arbeitsplatz im Freien haben, sind diesem Risiko am meisten ausgesetzt. Aber auch jene, die in einem Arbeitsumfeld mit hohen Temperaturen oder hoher Luftfeuchtigkeit tätig sind, sind gefährdet.

Tätigkeiten mit erhöhtem Risikofaktor



- **Arbeiten, die im Freien ausgeübt werden** und somit über längere Zeit der Sonne ausgesetzt sind, wie Arbeiten in der Landwirtschaft und im Wohnungsbau, im Straßenbau, im Bergbau usw.
- **Arbeiten**, die in einem Raum mit hoher Hitzebelastung ausgeübt werden: Schmelzöfen, Küchen, Tunnels, Bergwerke usw.
- Aktivitäten, die eine **besondere Schutzausrüstung** (PSA) erfordern
- **Tätigkeiten**, die eine besondere körperliche Belastung mit sich bringen.



Hitzeerkrankungen und Faktoren, die zu ihrem Ausbruch beitragen könnten

Hitzekrämpfe

Muskelschmerzen, die durch den Verlust von Mineralsalzen und Körperflüssigkeit beim Schwitzen verursacht werden.

Schweißdermatitis

Das am häufigsten auftretende Problem in warmen Arbeitsumfeldern. Das starke Schwitzen verursacht juckende Ausschläge (Entzündungen) auf der Haut.

Mineralstoffmangel

Starkes Schwitzen und Hyperventilation können zu einem großen Verlust von Körperflüssigkeiten und Mineralsalzen führen.

Bewusstseinsverlust (Synkope) durch Hitze

Bewusstseinsverlust kann die Konsequenz einer starken Erweiterung der Blutgefäße und der dadurch erfolgenden Verminderung des Blutdruckes sein.

Hitzschlag

Ein realer medizinischer Notfall besteht, wenn die Wärmeregulation des Körpers nicht mehr richtig funktioniert. Ist die Hitze zu stark und ein Arbeiter ist ihr zu lange ausgesetzt, kann seine Körpertemperatur zu hoch werden.

Verhaltensweisen zur Vorbeugung gegen gesundheitliche Folgen von Hitze am Arbeitsplatz?

Informationen für die Arbeitgeber

Der einheitliche Text bezüglich der Gesundheit und Sicherheit der Arbeitnehmer (G.v.D. Nr. 81/2008) weist unter den Handlungspflichten des Arbeitgebers auch auf die Bewertung „aller Risiken für die Sicherheit und die Gesundheit der Arbeitnehmer“ hin, unter anderem die Gefährdungsbeurteilung des Mikroklimas am Arbeitsplatz (Art. 180-185 des G.v.D. Nr. 81/2008), um die Schwachstellen zu ermitteln und entsprechende Maßnahmen zur Vorbeugung von gesundheitlichen Schäden im Betrieb zu ergreifen.

1. Im Sommer regelmäßig **die Wettervorhersagen verfolgen**, um die oben genannten Vorbeugemaßnahmen strikt anzuwenden. Notwendig ist dies bei Temperaturen von und über 30 Grad und bei einer Luftfeuchtigkeit von über 50%.
2. An Tagen mit erhöhtem Risiko müssen **die Tätigkeiten mit stärkerer körperlicher Belastung in den wärmsten Stunden** (von 14.00 bis 17.00 Uhr) **vermindert** und auf kühlere Stunden des Tages verschoben werden.
3. Am Arbeitsplatz muss die **Zurverfügungstellung von Trinkwasser garantiert sein**. Es können auch Wasserbehälter zur Erfrischung des Körpers bereitgestellt werden. Es ist wichtig, dass während des Schichtdienstes viel Flüssigkeit zu sich genommen wird. Eiskalte Getränke sollten jedoch vermieden werden, dafür sollte man, nach Absprache mit dem Betriebsarzt, mineralhaltige Getränke anbieten.
4. Eine **Zeitspanne zur Akklimatisierung** sollte vorprogrammiert sein und ein Schichtplan zur Begrenzung der Exposition der Arbeitnehmer vorgesehen werden.
5. Die Häufigkeit dieser **Erholungspausen** sollte erhöht und deren Einhaltung kontrolliert werden.
6. Wenn möglich, sollte man den Mitarbeitern einen **klimatisierten Ort oder Schattenzonen**, wo sie sich in den Pausen erholen können, zur Verfügung stellen.
7. Eine **leichte und atmungsaktive Arbeitskleidung** und geeignete persönliche Schutzausrüstungen PSA sollten zur Verfügung stehen.
8. **Die Temperatur in geschlossenen Arbeitsräumen** sollte mittels Klimaanlage, Abschirmungssystemen, Öffnen der Fenster gesenkt werden.
9. Vor der Arbeitszuteilung sollten **die Mitarbeiter** über die Risiken für die Gesundheit bei Hitzezuständen **informiert und geschult werden**. Die Mitarbeiter müssen sich über diese Risiken und die notwendigen Schutzmaßnahmen im Klaren sein. Deshalb müssen sie über die Einhaltung der Arbeitspausenpflicht, über die Notwendigkeit der erhöhten Flüssigkeitsaufnahme und über die Pflicht des Tragens eines Kopfschutzes informiert sein.
10. Vor der Zuteilung eines Mitarbeiters an einen Arbeitsplatz mit ungünstigem Mikroklima und starker körperlicher Belastung muss überprüft werden, ob er sich **einer ärztlichen Untersuchung** unterzogen hat und diese eine positive Eignungsbescheinigung ergeben hat.

11. **Planung und Erste-Hilfe-Maßnahmen bei Notfällen:** In Zusammenarbeit mit dem Betriebsarzt muss ein Plan für die richtige Deutung der ersten Anzeichen und Symptome von Hitzeerkrankungen und die dafür notwendigen Maßnahmen ausgearbeitet werden. Dieser Notfallplan muss auch die Informationen enthalten, wie man schon bei ersten Anzeichen von Hitzeerkrankungen eingreifen und vorgehen soll. Ebenfalls sollte in diesem Plan angegeben werden, wie man den Notarzt ruft und welche Erste-Hilfe-Maßnahmen vor der Ankunft des Notarztes getroffen werden müssen. Alle Mitarbeiter müssen über diesen Notfallplan in Kenntnis gesetzt werden.

Schutzmaßnahmen für die Arbeitnehmer Hinweise

1. Einer Dehydrierung vorbeugen (frisches Trinkwasser zur Verfügung halten und regelmäßig trinken, auch wenn man nicht das Bedürfnis danach verspürt; mindestens ein Glas Flüssigkeit alle 15-20 min. trinken).
2. Leichte, helle, bequeme, atmungsaktive Kleidung aus Baumwolle und einen geeigneten Kopfschutz tragen (nicht unbedeckt arbeiten).
3. Sich mit frischem Wasser erfrischen.
4. Sich über die zu beachtenden Symptome und die dafür einzusetzenden Notfallmaßnahmen informieren.
5. An Orten arbeiten, die weniger der Sonne ausgesetzt sind.
6. Verringerung des Arbeitstempos, auch durch den Einsatz von mechanischen Hilfsmitteln.
7. Pausen machen und an kühlen Orten ausruhen.
8. Vermeiden, allein zu arbeiten.

Im Krankheitsfall sind die folgenden wichtigsten Erste-Hilfe-Maßnahmen zu ergreifen:

- Notrufnummer 112 wählen
- Fragen Sie sofort nach einer Ansprechperson der Ersten Hilfe
- Den Arbeitnehmer in den Schatten und an einen kühlen Ort bringen, bei Schwindel im Liegen, bei Übelkeit auf die Seite legen und absolute Ruhe bewahren
- Kleidung ablegen oder ausziehen
- Stirn, Nacken und Gliedmaßen (Beine und Arme) mit kühlem Wasser abtupfen
- Dem Arbeitnehmer Luft zufächeln
- Nur wenn die Person bei Bewusstsein ist, sollte Wasser in kleinen Mengen verabreicht werden

Weitere Auskünfte

[Guida informativa per la gestione del rischio caldo – progetto Workclimate - INAIL portaleagentifisici.it/fo_microclima_index.php?lg=IT](http://portaleagentifisici.it/fo_microclima_index.php?lg=IT)