

# „gesundheit!“

Info 5/2010 zu Fragen der Gesundheitsvorsorge  
aktualisierte Auflage/ Juli 2010

## Sommerhitze am Arbeitsplatz

*Arbeiten bei sommerlicher Hitze, in schlecht isolierten Gebäuden, wenn die Sonne durch die Fensterflächen ungehindert einfällt oder die Wärme sich staut, belastet die Beschäftigten und kann gesundheitliche Beschwerden hervorrufen. In unserem Info haben wir zusammengestellt, was im Betrieb zu tun ist, um dem vorzubeugen.*

### Arbeitsschutz: Verantwortung des Arbeitgebers

Hohe Raumtemperaturen können Kopfweg, vorzeitige Ermüdung, schnellere Atmung und Puls, Blutdruckabfall, Übelkeit, einen Hitzekollaps mit Schwindel und Ohnmacht sowie einen Hitzekrampf der Muskulatur verursachen. Um diese und andere negative Folgen zu vermeiden, ist der Arbeitgeber gefragt. Er hat nach dem Arbeitsschutzgesetz die Verantwortung für die Gesundheit und der Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer bei der Arbeit. Dafür muss er auch die Arbeitsräume so einrichten und betreiben, dass die Beschäftigten in seinem Betrieb keinen Gesundheitsgefahren ausgesetzt sind.

Ob gesundheitliche Risiken für die Beschäftigten gegeben sind und welche Schutzmaßnahmen angezeigt sind, ergibt sich aus der Gefährdungsbeurteilung nach dem Arbeitsschutzgesetz – das trifft auch bei hohen Raumtemperaturen zu.

Bei Hitze wird der Körper stärker beansprucht, was sich auch auf die Arbeit auswirkt: Konzentration und Leistungsfähigkeit nehmen ab, das Fehler- und Unfallrisiko steigt.

Dies gilt umso mehr

- bei schwerer körperlicher Arbeit,
- wenn Arbeits- oder Schutzkleidung die Wärmeabgabe verhindert,
- für besonders schutzbedürftige Beschäftigte, wie Jugendliche, Ältere, Schwangere.

### Ziel: gesundheitlich zuträgliche Raumtemperaturen

Bei der Auswahl der Maßnahmen muss der Arbeitgeber die Gefahren an der Quelle bekämpfen und den Stand von Technik und Arbeitsmedizin sowie sonstige gesicherte arbeitswissenschaftliche Erkenntnisse berücksichtigen. Da bauliche Vorkehrungen am wirkungsvollsten (und oft am preisgünstigsten!) für den klimatischen Schutz sind, hat der Arbeitgeber schon beim Einrichten einer Arbeitsstätte darauf zu achten, dass die baulichen Voraussetzungen an den sommerlichen Wärmeschutz den anerkannten Regeln der Technik entsprechen. Vor dem Umzug in neue Geschäftsräume, vor Neu- und Umbaumaßnahmen ist also Planung angesagt, damit sich das Problem schlecht temperierter Arbeitsräume von vornherein nicht stellt!

### Wie warm darf es sein?

Die Luft in Arbeits- und Sozialräumen soll nicht wärmer sein als +26°C. Es gibt jedoch keinen Rechtsanspruch auf Hitzefreiheit und keine Maximaltemperatur.

Doch Schutzmaßnahmen sollen zusätzlich zu geeignetem Sonnenschutz ergriffen werden, wenn es draußen heißer ist als +26°C und die Temperatur im Arbeitsraum darüber steigt. Ab +30°C und mehr im Raum sind sie sogar vorgeschrieben.

In bestehenden Gebäuden helfen nur nachträgliche Maßnahmen, um die Temperaturen zu senken und die hitzebedingte Beanspruchung der Beschäftigten zu reduzieren.

Vorrangig sind Technik und Organisation gefragt, erst als letzte Möglichkeit geht es um personenbezogenen Schutz. Daraus ergibt sich die Rangfolge, in der Maßnahmen geplant und umgesetzt werden sollten.



**Technische Maßnahmen** sorgen für Abkühlung und schützen vor Überwärmung.

Dazu zählen Fassadenverkleidung, Isolierung, Lüftung und geeigneter Sonnenschutz:

- Außenjalousien oder hinterlüftete Markisen,
- reflektierender Schutz im Zwischenraum der Verglasung,
- reflektierender oder heller Sonnenschutz an der Fensterinnenseite oder auch
- Sonnenschutzverglasung.

Der Sonnenschutz sollte steuerbar sein.

Die Arbeitsräume können durch eine Klimaanlage, durch Kühlgeräte bzw. Ventilatoren gekühlt werden. Aber: Zugluft vermeiden!

Geräte wie Leuchten, PC, Kopierer sollten als zusätzliche Wärmequellen nur bei Bedarf laufen.

**Organisatorische Maßnahmen** können die Zeiten reduzieren, in denen in heißen Räumen gearbeitet wird und für einen Ausgleich der Hitzebelastung sorgen:

... während der Nacht oder frühmorgens lüften,  
... Arbeits- und Pausenzeiten anpassen/ verlagern,  
... zusätzliche Pausen einlegen,  
...die Kleiderordnung lockern.

**Persönliche Maßnahmen** kommen ergänzend oder wenn technische und organisatorische Mittel ausgeschöpft oder nicht realisierbar sind in Frage. Dazu gehören vom Arbeitgeber bereit gestellte Hitzegetränke: Mineralwasser, ungesüßter Kräutertee oder verdünnte, ungesüßte Fruchtsäfte.

Der Arbeitgeber muss die Beschäftigten über die Ergebnisse der Gefährdungsbeurteilung und die Schutzmaßnahmen unterrichten.

### **Arbeitsschutz = Mitbestimmung!**

Beim Arbeitsschutz gestaltet der Betriebs- oder Personalrat mit! Er bestimmt mit, wenn im Betrieb das Arbeitsschutzgesetz und andere Rechtsvorschriften umgesetzt werden – dazu gehören die Gefährdungsbeurteilung und Arbeitsschutzmaßnahmen. Und er kontrolliert, ob sie wirksam sind.

Der Betriebsarzt/ die Betriebsärztin und die Fachkraft für Arbeitssicherheit unterstützen alle Parteien im Betrieb durch fachkundige Beratung.

### **Was können Sie als Arbeitnehmerin oder als Arbeitnehmer tun?**

- Messen Sie die Temperatur am Arbeitsplatz, wenn sie Ihnen zu heiß erscheint. Dokumentieren Sie die Ergebnisse schriftlich.
- Wenn während der Arbeitszeit drinnen mehr als +26°C erreicht werden, wenden Sie sich an Ihren Arbeitgeber bzw. an Vorgesetzte als seine Stellvertretung, damit sie Maßnahmen zur Senkung der Temperaturen ergreifen.
- Informieren Sie auch die betriebliche Interessenvertretung.
- Fragen Sie den Betriebsarzt/ die Betriebsärztin oder die Fachkraft für Arbeitssicherheit um Rat.
- Schlagen Sie eine Behandlung des Themas im Arbeitsschutzausschuss vor.
- Darüber hinaus: Tragen Sie leichte, möglichst nicht eng anliegende Kleidung aus wärme- und feuchtigkeitsdurchlässigen Materialien.
- Bevorzugen Sie leichtere Speisen.
- Achten Sie darauf, genügend zu trinken. Meiden Sie gesüßte und alkoholhaltige Getränke sowie zu viel Kaffee und schwarzen Tee.

Auf alle Fälle gilt: Der nächste Sommer kommt bestimmt! Es sollte im Betrieb deshalb nicht allein über kurzfristige Gestaltungsmöglichkeiten nachgedacht werden.

Weitere Informationen finden Sie auch im Internetportal des Bremer Netzwerks Arbeit und Gesundheit: [www.auge-bremen.de](http://www.auge-bremen.de)

#### **Quellen:**

Arbeitsstättenverordnung (ArbStättV):  
Sie schreibt u.a. für Arbeitsräume gesundheitlich zuträgliche Raumtemperaturen und Schutz gegen übermäßige Sonneneinstrahlung vor.

Arbeitsstättenregel ASR A3.5 Raumtemperatur:  
Sie benennt, welche Maßnahmen zur Verringerung der Belastungen durch Hitze möglich/ erforderlich sind.

Die Vorschriften gelten nicht für Hitze Arbeitsplätze, beispielsweise am Hochofen im Stahlwerk.

Sommerhitze am Arbeitsplatz, Info 5/2010  
aktualisierte Auflage, Juli 2010

## > Impressum

Arbeitnehmerkammer Bremen  
Bürgerstr. 1, 28195 Bremen  
Arbeitsschutz- und Gesundheitspolitik  
Barbara Reuhl 0421 / 363 01-991  
Carola Bury 0421 / 363 01-990  
gesund@arbeitnehmerkammer.de  
www.arbeitnehmerkammer.de



Arbeitnehmerkammer  
Bremen

„gesundheit!“