

Fazit:



**Zu viel Sonne schadet!
Für Personen, die im Freien
arbeiten, ist ein UV-Schutz
erforderlich.**

Schutz vor Sonnenstrahlung = Arbeitsschutz!

Wann ist die Sonnenbrandgefahr hoch?

Datum	Tageszeit (MESZ)	UV-Index	Witterung	Gefährdung
Januar– Mitte März	ganztäglich	< 3	auch bei Sonne	gering
Mitte März– Mitte April	9:30– 16:30 Uhr	≥ 3	bei Sonne	mittel
Mitte April– Mitte September	10:30– 15:30 Uhr	> 5	bei Sonne	hoch
Mitte September– Mitte Oktober	9:30– 16:30 Uhr	≥ 3	bei Sonne	mittel
Mitte Oktober– Dezember	ganztäglich	< 3	auch bei Sonne	gering

Vereinfachter UV-Stufenkalender mit Angaben der Gefährdung auf Basis des UV-Index für den Arbeitstag an Arbeitsplätzen, an denen man der Sonne in Deutschland ausgesetzt ist.

Quellen:
baua.de, bfs.de
www.bgn.de (Shortlink 1622)

Berufsgenossenschaft
Nahrungsmittel und Gastgewerbe

Dynamostraße 7–11
68165 Mannheim
www.bgn.de



Stand 1.2020

Schutz vor Sonne bei Arbeit im Freien

Eine Hilfestellung der BGN
für Versicherte

Wie wirkt die Sonne auf den Menschen?



Die Sonne hat sowohl positive, als auch negative Wirkungen auf den Menschen:

Sie stärkt Immunsystem und Wohlbefinden und sorgt dafür, dass Vitamin D gebildet wird.

Übermäßige Sonneneinstrahlung kann aber auch zu Sonnenbrand, Sonnenallergie oder am Auge zu Binde- und/oder Hornhautentzündung führen und das Herz-Kreislauf-System belasten (Sonnenstich, Hitzeerschöpfung).

Bestimmte Medikamente können die Lichtempfindlichkeit der Haut verstärken.

Langfristige Folgen von zu starker Sonneneinstrahlung können eine vorzeitige Hautalterung, Hautkrebs bzw. dessen Vorstufen sowie eine Trübung der Augenlinse (grauer Star) sein.

Wer ist gefährdet?

Die Beschäftigten sind dann gefährdet, wenn sie mindestens eine Stunde pro Tag an 50 Arbeitstagen oder mehr im Freien beschäftigt sind, und zwar im Zeitraum von April bis September zwischen 11:00 und 16:00 Uhr.

Dies sind z. B.:

- Hotelgärtner oder Greenkeeper
- Servicekräfte in großen Außengastronomien
- Beschäftigte in Freizeitparks, Schausteller
- Ausfahrer oder Verkaufsfahrer, die sich viel im Freien aufhalten

Was können Beschäftigte tun?

Versicherte haben Maßnahmen zur Verhütung von Berufskrankheiten zu unterstützen, wozu auch der verantwortungsbewusste Umgang mit der Sonne zählt.

Technische Schutzmaßnahmen:

An erster Stelle stehen technische Schutzmaßnahmen. Diese sind zum Schutz vor solarer Strahlung aber nicht immer ausreichend, wie Sie folgender Tabelle entnehmen können.

Arbeitsumfeld	UV-Schutzfaktor
Tätigkeiten unter Zeltdach/Sonnensegel	~2
Kleinmaschinen mit Kabine (z. B. Aufsitzrasenmäher)	~4
Sonnensegel je nach Material	von 5 bis 40
Staubschutznetz an Gerüsten	1,5

Quelle: baua

Erreichte UV-Schutzfaktoren durch technische Maßnahmen über die Arbeitsschichtdauer

Nachrangig und ergänzend zu technischen Maßnahmen, die etwa ständiges Arbeiten im Schatten ermöglichen, sind die folgenden Maßnahmen.

Organisatorische Schutzmaßnahmen:

- Halten Sie sich während der Pause im Innenraum auf.
- Vermeiden Sie Außenarbeiten in der Zeit des Sonnenhöchststandes.

Persönliche Schutzmaßnahmen:

- Den besten Schutz bietet lockere, dichtgewebte, körperbedeckende Kleidung – sowohl eine Kopfbedeckung als auch langärmelige Oberteile und lange Hosen. Eine spezielle UV-Schutzkleidung ist bei Tätigkeiten in Deutschland in der Regel nicht unbedingt erforderlich. Beim Tragen eines Schutzhelms ist ein Nackenschutz wichtig.
- Die Hautareale, die nicht durch Kleidung geschützt werden können, sollten ca. 30 Minuten vor dem Aufenthalt im Freien mit einem wasserfesten, geeigneten Sonnenschutzmittel eingecremt werden. Es sollte ein Lichtschutzfaktor nicht unter LSF 30, bevorzugt LSF 50, gewählt werden.

- Wichtig ist ein Schutz vor UVA- und UVB-Strahlen, erkennbar an der Kennzeichnung auf dem Sonnenschutzmittel.

Wenn erforderlich, ist es Pflicht des Unternehmers, geeignete Sonnenschutzmittel zur Verfügung zu stellen.

Hinweis:

Aufenthalt im Schatten wirkt auch einer Überhitzung entgegen!

Kann UV-Strahlung eine Berufskrankheit auslösen?

Berufskrankheit BK 5103:

Eine spezielle Art des sogenannten weißen Hautkrebses, das Plattenepithelkarzinom, und seine Vorstufen, die Aktinischen Keratosen, können seit dem 01.01.2015 als Berufskrankheit BK 5103 unter bestimmten Voraussetzungen anerkannt werden. Bei dieser Berufskrankheit wird die Dosis der UV-Strahlung über das gesamte Berufsleben erfasst.

Was sollten Sie zum Schutz vor Hautkrebs beachten?

- Schützen Sie sich sowohl bei der Arbeit, als auch in der Freizeit vor übermäßiger Sonneneinstrahlung.
- Meiden Sie Sonnenstudios.
- Achten Sie auf verdächtige Hautveränderungen.
- Suchen Sie bei Auffälligkeiten umgehend den Hautarzt auf.
- Nehmen Sie das Hautkrebs-Screening in Anspruch.
- Gehen Sie zur **arbeitsmedizinischen Vorsorge**, wenn die unter „Wer ist gefährdet“ genannten Voraussetzungen erfüllt sind.

Denn:

Frühzeitig erkannt, lässt sich insbesondere der weiße Hautkrebs meist gut behandeln.