

SONNENCREME REICHT NICHT

Arbeitsschutz



Bild: tennis / thinkstock

Das sieht nicht nur albern aus, sondern gefährdet auch die Gesundheit der Nackedeis

Installateure bewegen sich bei der Montage von Solarthermie und Photovoltaikmodulen viel im Freien, oft auf komplett schattenfreien Dächern. Sie sind deshalb besonders gefährdet, denn UV-Strahlung ist gesundheitsschädlich. Lesen Sie unsere Tipps für Chefs und Monteure.

Die Zahl ist alarmierend. Jedes Jahr erkranken 234 000 Menschen in Deutschland an Hautkrebs. Besonders gefährdet sind Personen, die permanent im Freien arbeiten. Auch wenn der Teil der gefährlichen UV-Strahlung

nur etwa sechs Prozent der gesamten Sonneneinstrahlung ausmacht, ist der Schutz davor unerlässlich. „Deshalb niemals mit freiem Oberkörper und ohne Sonnenschutz auf das Dach steigen, wenn die Sonne scheint“, warnt Jörg Feldmann

von der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin. Schutz vor schädlicher Sonneneinstrahlung ist keine freiwillige Maßnahme des Mitarbeiters, sondern eine Pflicht des Arbeitgebers im Rahmen der Gefährdungsbeurteilung. „Der Installateur kann sich über das UV-Messnetz informieren, ob die Sonneneinstrahlung einen kritischen Wert erreicht, bevor er seine Mitarbeiter aufs Dach schickt“, sagt Feldmann. „Sollte dem so sein, ist die erste Maßnahme, die Arbeiten möglichst zu verschieben.“

KLEIDUNG MUSS VOR SONNE SCHÜTZEN

Zwischen 11 und 15 Uhr sollte ohnehin niemand auf dem Dach arbeiten, wenn die Sonne scheint. Wenn der Termin drängt, sollten zumindest Arbeiten, die nicht zwangsläufig auf dem Dach ausgeführt werden müssen, am Boden und im Schatten erledigt werden. Das gilt aber nur für die wenigsten Arbeiten. Wenn es aufs Dach geht, ist effektiver Sonnenschutz angesagt. Das absolute Minimum ist es, die Haut mit Sonnencreme zu schützen. Doch der Lichtschutzfaktor wird in der Regel überschätzt. Denn Lichtschutzfaktor 30 bedeutet beispielsweise, dass der Installateur die Haut der Sonne die 30-fache Zeit aussetzen kann, wie er es ohne Sonnencreme könnte. Diese Zeit ist während intensiver Sonneneinstrahlung schon nach wenigen Minuten erreicht. Außerdem muss sich der Mitarbeiter schon sehr intensiv eincremen, damit überhaupt ein Schutzeffekt eintritt. Zudem muss die Creme auf jeden Fall wasserfest sein. Sonst spült der Schweiß sie einfach von der Haut. Das bedeutet konkret: Die Sonnencreme kann eine entsprechende Kleidung nicht ersetzen. Mit einem leichten, aber nicht lichtdurchlässigen Baumwollhemd ist schon viel erreicht. Besser ist natürlich Kleidung mit einem speziellen UV-Schutz. Dabei sollte die Kleidung aber auf jeden Fall die Nässe vom Körper abführen. Wichtiger ist aber noch, dass alle Körperpartien geschützt sind, also auch Nacken, Gesicht und Augen. Jörg Feldmann empfiehlt dazu eine Kopfbedeckung mit einer möglichst breiten Krempe, die das gesamte Gesicht vor der Sonne schützt: „Schließlich hat sich bei Zimmerleuten seit Jahrhunderten der Hut mit der breiten Krempe bewährt.“

GEFAHREN IM BETRIEB BEURTEILEN

Zur Schutzausrüstung gehört auch eine Sonnenbrille mit UV-Schutz. Denn die UV-Belastung führt über einen längeren Zeitraum zur Trübung der Linse – dem grauen Star – oder zur Erkrankung der Netzhaut. Neben dem UV-Schutzfaktor der Gläser sollte der Mitarbeiter darauf achten, dass die Brille

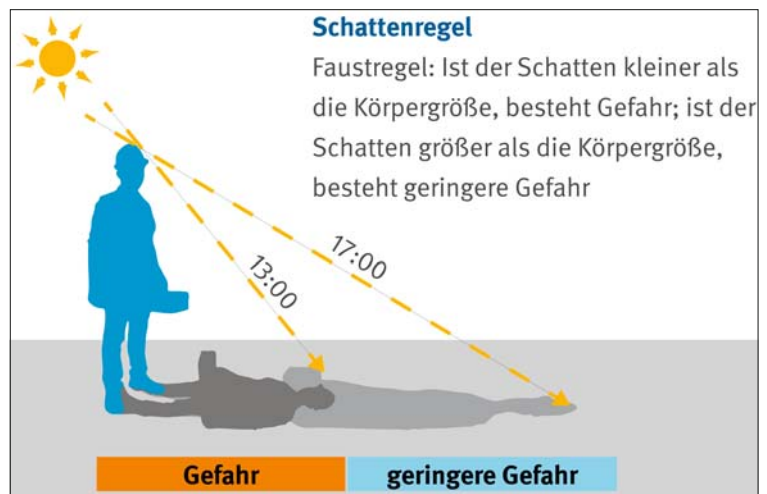
möglichst eng am Kopf sitzt. Sonst kommt die UV-Strahlung als Streulicht trotzdem ans Auge. Dabei sollten die Wimpern die Gläser aber nicht berühren, damit die Brille beim Arbeiten nicht stört. Gefährdungsbeurteilung ist ein sperriges Wort. Dahinter verbirgt sich die systematische Ermittlung und Bewertung relevanter Gefährdungen für die Beschäftigten bei der Arbeit. Die Gefährdungsbeurteilung ist die Grundlage, um erforderliche Maßnahmen für Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit festzulegen. Doch wie gelingt sie im eigenen Betrieb?

Wie der Arbeitgeber die Beurteilung vorzunehmen hat, regelt das Gesetz nicht. Viele Betriebe können nicht in ausreichendem Umfang auf Unterstützung durch Betriebsärzte oder Sicherheitsfachkräfte zurückgreifen. Möglicherweise sehen sie in der Gefährdungsbeurteilung auch überflüssigen Formalismus oder gar eine unbegründete Mängelliste, die mit Aufwand verbunden ist und das Tagesgeschäft behindert.

PRAKTISCHE TIPPS DER BG BAU

Schattenregel

Die Schattenregel ist eine einfache Methode für eine erste Abschätzung der Gesundheitsgefahren.



Praktikabler Test zum eigenen Schutz

VORBRÄUNEN BIETET KEINEN SCHUTZ

Die häufige Annahme, dass das Vorbräunen der Haut einen optimalen UV-Schutz bietet, ist leider falsch. Bräunung ist vielmehr ein Abwehrmechanismus der Haut gegenüber UV-Strahlen. Die Bräunung der Haut bietet nur einen geringfügigen Schutz, der einem Lichtschutzfaktor von 1,5 bis 4 entspricht.

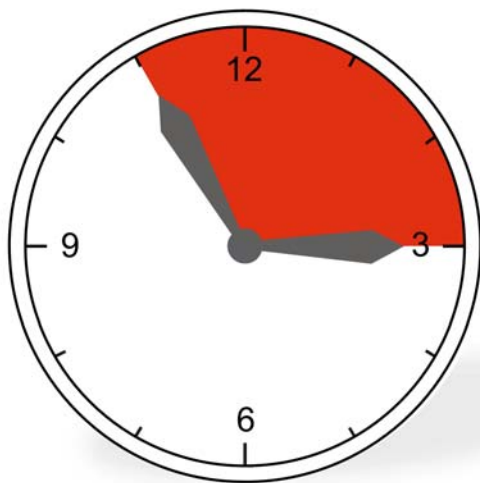


Bild: BG Bau

Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez
-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

Reduzierung der Aufenthaltsdauer in strahlungsintensiven Zeiten

Organisatorische Maßnahmen

In unseren Breitengraden ist die Sonneneinstrahlung in der Sommerzeit zwischen 11 und 15 Uhr am intensivsten. In dieser Zeit sollte ein Aufenthalt in der direkten Sonne reduziert werden. Auch bei bedecktem Himmel wirkt UV-Strahlung aufgrund von Reflexionen. Häufig schätzen wir die Strahlungsintensität der Sonne nach dem persönlichen Temperaturempfinden ein. Dies täuscht jedoch über die tatsächliche Stärke der Sonneneinstrahlung hinweg.



Bild: Honeywell

Cooler und sogar preisgünstigeres Modell einer Sonnenbrille für die Arbeit

WENN ES ERNST WIRD

Aus dem Alltag kennt eigentlich jeder die Symptome von zu viel Hitze und Sonne. Wir fassen sie trotzdem nochmals zusammen:

Folgen hoher Hitzebelastung

- Erhöhtes Durstgefühl durch Flüssigkeitsmangel
- Hitzekrämpfe durch Salz- und Flüssigkeitsverlust
- Sonnenstich: hochroter Kopf, Übelkeit, Kopfschmerz
- Zustand der Erschöpfung (Signale): Gereiztheit, Schwäche, Beklemmung, Schwindel, Kopfschmerzen, Übelkeit, schneller Puls
- Hitzschlag: die Körpertemperatur steigt über 40 Grad

Passende Kleidung

Ein normales Baumwollshirt mit langen Ärmeln bietet in unseren Breitengraden in der Regel einen ausreichenden UV-Schutz. Beim Waschen verdichtet sich das Gewebe, sodass die Schutzwirkung meist noch zunimmt.

Allerdings: Wenn es heiß ist, sind UV-Schutz-Funktionshirts – wie man sie aus dem Sport kennt – wegen des besseren Feuchtigkeitstransports angenehmer.

Sonnenschutzbrillen mit UV-Schutz

Sonnenbrillen schützen die Augen vor schädlicher UV-Strahlung. Allerdings garantieren nur entsprechende UV-Filter einen ausreichenden Schutz. Hinter abgedunkelten Brillen ohne UV-Schutz weiten sich die Pupillen, sodass vermehrt UV-Strahlung in das Auge fallen kann. Solche Brillen können daher zur Schädigung der Augen beitragen.

Sonnenbrillen, die bei der Arbeit getragen werden, müssen für den gewerblichen Bereich geeignet und nach DIN EN 166 bzw. DIN EN 172 gefertigt sein.

Sonnencreme

UV-Schutzmittel sind zusätzlich anzuwenden, wenn der Schutz auf andere Art und Weise, z. B. Gesicht und Hände, nicht möglich ist. Unbedeckte Hautpartien, besonders die Bereiche um Augen, Haaransatz, Nacken sowie die Lippen sind einzucremen. Ein Lichtschutzfaktor von mindestens 30 wird empfohlen. Der Lichtschutzfaktor auf Sonnenschutzpräparaten gibt an, um das Wievielfache der Eigenschutzzeit man sich der Sonne mit dem Sonnenschutzmittel aussetzen

kann, ohne einen Sonnenbrand zu bekommen. UV-Schutzmittel verringern das Eindringen schädlicher UV-Strahlen in die Haut und damit das Risiko, dass die Erbinformation in den Zellen beschädigt wird. Einen vollständigen Schutz vor Hautkrebs geben sie aber nicht.

➔ **Hervorragende Downloads** zum Thema Hitze und Sonnenschutz auf dem Bau findet man auf den Seiten der Berufsgenossenschaft der Bauwirtschaft. ■





Hauttyp	Merkmale	Eigenschutz der Haut
I 	Haut: auffallend hell, blass, starke Sommersprossen Haare: rötlich Augen: grün, blau	5 – 10 Minuten
II 	Haut: etwas dunkler als Hauttyp I, selten Sommersprossen; Haare: blond bis braun; Augen: grün, blau, braun	10 – 20 Minuten
III 	Haut: hellbraun Haare: dunkelblond, braun Augen: grau, braun	20 – 30 Minuten
IV 	Haut: braun Haare: dunkelbraun, schwarz Augen: dunkel	ca. 45 Minuten

Bild: BG Bau

Die bevorzugt in Europa vorkommenden Hauttypen und ihre Charakterisierung zugehöriger Zeit des Eigenschutzes



Bild: Bareta / thinkstock

WAS IM NOTFALL ZU TUN IST

- Erste Hilfe sofort anfordern (Notruf 112)
Raus aus der Sonne! Schatten aufsuchen
- Ausreichend Flüssigkeit (kein Alkohol) in kleinen Mengen und mit Pausen dem Körper zuführen
- Bei Schwindel hinlegen
- Betroffene Person weiter beobachten
- Bei Bewusstlosigkeit den Betroffenen in die stabile Seitenlage bringen
- Kühle, feuchte Tücher auf Stirn, Nacken und Beine legen, bei Hitzschlag Person mit kühlem Wasser begießen
- Bei Atemstillstand Wiederbelebensmaßnahmen durchführen, bis der Rettungsdienst eintrifft

Du siehst gut aus, junger Mann. Und damit das so bleibt, gehst du bitte nicht in der Mittagshitze und in dieser Aufmachung aufs Dach