

Gut geschützt bei der Arbeit im Freien

Menschen, die im Freien arbeiten, sind verschiedenartigen Belastungen ausgesetzt. Eine davon ist die Sonneneinstrahlung bzw. die UV-Strahlung. Der Arbeitgeber ist für den Schutz der Beschäftigten am Arbeitsplatz verantwortlich. Er ist verpflichtet, eine Gefährdungsbeurteilung mit der Bewertung des Risikos anzufertigen, hat daraufhin Schutzmaßnahmen abzuleiten, über Gefahren und Schutzmaßnahmen aufzuklären und ggf. arbeitsmedizinische Vorsorge bereitzustellen. Die Unfallkasse NRW möchte mit diesem Flyer auf einen effektiven Schutz vor UV-Strahlung hinweisen.



Natürliche UV-Strahlung ist nicht immer sichtbar oder spürbar, aber die Hautzellen können auch bei geringer UV-Strahlung geschädigt werden, noch bevor ein Sonnenbrand entsteht. Zwar können die Schäden an den Hautzellen in der Regel wieder repariert werden, aber häufige, langanhaltende und intensive UV-Bestrahlungen sowie Sonnenbrände führen zu irreparablen Schäden und Spätfolgen wie Hautkrebs. Medizinische Studien belegen, dass jeder Sonnenbrand die Gefahr einer Hautkrebserkrankung erhöht.

Deutschlandweit arbeiten rund 2,5 Millionen Beschäftigte im Freien (Outdoor-Worker). Laut der DGUV ist weißer Hautkrebs (Plattenepithelkarzinom und seine Vorstufe, die Präkanzerose) die dritthäufigste Berufskrankheit.

Info

Eine Berufskrankheit ist eine Krankheit, die durch die berufliche (versicherte) Tätigkeit verursacht worden ist und die in der Berufskrankheiten-Verordnung (BKV) aufgenommen ist. Aufgrund der gesundheitlichen Belastung durch UV-Strahlung wurde die Berufskrankheit 5103 „Plattenepithelkarzinome oder multiple aktinische Keratosen der Haut durch natürliche UV-Strahlung“ in die Berufskrankheiten-Verordnung aufgenommen.



Unfallkasse NRW

Moskauer Str. 18
40227 Düsseldorf
Tel. 0211 9024-0
www.unfallkasse-nrw.de

Ansprechpartner in der Unfallkasse für:

Präventive Maßnahmen:

Dr. Juliane Steinmann
Tel. 0211 2808-1225

Frauke Weddeling
Tel. 05241 90900-59

Fragen zur Berufskrankheit:

Regionaldirektion Rheinland
Volker Becker
Tel. 0221 2802-2128

Regionaldirektion Westfalen-Lippe
Andreas Pscherer
Tel. 0251 2102-3302

Weitere Informationen:

www.dguv.de
Webcode: d1073124

Herausgeber: Unfallkasse NRW
Gestaltung: saga werbeagentur GmbH, Münster
Grafiken: Michael Hüter
Bestellnummer: S 96



**Hautschutz bei Arbeiten
im Freien – Schutz vor
UV-Strahlung**

Der beste Schutz

TOP: Technische, organisatorische und personenbezogenen Maßnahmen

Hautschäden sind vermeidbar. Die Risiken durch UV-Strahlung lassen sich mit technischen, organisatorischen und personenbezogenen (TOP-Prinzip) Maßnahmen gut in den Griff bekommen. Technische Maßnahmen sollten dabei grundsätzlich Vorrang vor organisatorischen und personenbezogenen haben.

Technische Maßnahmen

Auch wenn technische Präventionsmaßnahmen oft schwierig erscheinen, sollten diese als erste erwogen und umgesetzt werden. Beispiele: Beschattung des Arbeitsbereiches, z. B. durch Schirme oder Sonnensegel.

Organisatorische Maßnahmen

Die Mittagssonne (11 bis 15 Uhr) meiden und die Arbeiten wenn möglich in den Schatten verlagern, weniger dringende Arbeiten außerhalb von „Schönwetterperioden“ erledigen bzw. die Arbeitszeit anpassen.

Info

Einen Hinweis auf die tägliche Intensität der Sonnenstrahlung liefert der UV-Index. Je höher der UV-Index ist, desto schneller kann bei ungeschützter Haut ein Sonnenbrand auftreten. Infos unter: www.bfs.de und www.dwd.de (hier gibt es die tagesaktuellen Werte zum UV-Index sowie Schutzmaßnahmen). Außerdem zeigen die gängigen Wetter-Apps den Wert des UV-Indexes an. Zusätzlich gibt es kostenfreie Handy-Apps (Bauwetter-App der BG Bauwirtschaft).



Persönliche Maßnahmen

Über die Bereitstellung von persönlichen Schutzmaßnahmen sollte nach einer genauen Gefährdungsbeurteilung entschieden werden.

Der UV-Index kann genutzt werden, um geeignete Schutzmaßnahmen zu wählen:

- Kleidung mit langen Ärmeln/Hosenbeinen
- Sonnenschutzbrille (UV-Filterchutz bieten Sonnenbrillen mit dem CE-Zeichen, der Aufschrift DIN EN ISO 12312-1 oder 400)
- Kopfbedeckung, die auch den Nacken schützt
- unbedeckte Körperstellen rechtzeitig eincremen (Ohren, Gesicht, Lippen, Unterarme).

Gerüchte über UV-Strahlung

„Um nicht zu schwitzen, trage ich lieber ein kurzärmliges Shirt und eine kurze Hose.“

„Wenn es bewölkt ist, kann ich auf Schutzmaßnahmen verzichten.“

Kleidung

Sind die technischen und organisatorischen Maßnahmen nicht ausreichend, ist in jedem Fall die richtige Kleidung (lange Ärmel und lange Hosenbeine) sowie Nackenschutz und Kopfbedeckung erforderlich. Die Haare allein stellen keinen ausreichenden Schutz dar. In unseren Breiten ist es nicht notwendig, eine spezielle UV-Kleidung zu tragen. Wichtig ist, dass möglichst viel Haut bedeckt und der Stoff dicht gewebt ist.

Eincremen

Die am häufigsten betroffenen Körperstellen für Hautkrebs sind Stirn, Schläfen, Ohren, Kopfhaut, Nacken, Nase und Hände. Wolken schützen kaum vor UV-Strahlung. Bei bedecktem Himmel dringen noch bis zu 90 Prozent der UV-Strahlung bis zur Haut durch. Die UV-Strahlung ist am stärksten von April bis September zwischen 11 und 15 Uhr.

Sonnencremes können bei richtiger und ausreichender Anwendung (alle zwei Stunden eincremen) das Risiko eines Sonnenbrandes mindern. Sie sollten aber nicht genutzt werden, um den Aufenthalt in der Sonne zu verlängern. Trotz Sonnenschutzmittels dringt noch ein Teil der UV-Strahlung in die Haut ein. Erwachsene benötigen z. B. etwa die Menge eines Teelöffels zum Eincremen des Gesichts. Bei der Nutzung empfiehlt sich ein Lichtschutzfaktor (LSF) von mindestens 30 bis 50, wobei eine Verwendung spezieller Medizinprodukte nicht notwendig ist.



Gerüchte über UV-Strahlung

„Ich bekomme keinen Sonnenbrand!“

„Meine Haare schützen die Kopfhaut ausreichend.“

„Beim Nachcremen von Sonnenschutzmittel erhöht sich der Lichtschutzfaktor.“

Das Sonnenlicht besteht überwiegend aus UV-A-Strahlung, aber auch aus UV-B-Strahlung. Bei der Wahl der Sonnencreme ist deshalb auf das „UV-A-Siegel“ zu achten. Die Sonnencreme sollte mit dem Betriebsarzt oder der Betriebsärztin ausgewählt und in einen Hautschutzplan übernommen werden. Die Akzeptanz zur Nutzung von Sonnencreme ist höher, wenn diese zuvor von den Beschäftigten individuell getestet und ausgewählt wird.