

## Hitze nicht unterschätzen – Arbeitsbedingungen anpassen

### Vorsicht bei Hitze

**So angenehm Temperaturen über 30 Grad für Urlauber und Badebegeisterte auch sind, bei der Arbeit werden sie für viele zur Qual. Starke Hitze kann für Beschäftigte gesundheitsschädlich sein. Brandenburgs Arbeitsministerin Susanna Karawanskij appelliert deshalb an alle Arbeitgeber, ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter bei hochsommerlichen Temperaturen am Arbeitsplatz zu schützen: „Hitzebelastungen am Arbeitsplatz dürfen nicht unterschätzt werden. Es gibt eine Reihe einfacher Maßnahmen, die die Arbeit erträglicher machen.“**

Der Arbeitgeber ist nach dem Arbeitsschutzgesetz dazu verpflichtet, eine Gefährdung für Leben und Gesundheit möglichst zu vermeiden und verbleibende Gefährdungen gering zu halten. Konkrete Hilfestellungen bietet die Arbeitsstättenregel ASR A3.5 Raumtemperatur. Arbeitgeber können davon ausgehen, dass sie rechtssicher handeln, wenn sie sich an die Vorgaben dieser Regel halten. Klettert die Lufttemperatur im Arbeitsraum über die 26 Grad-Marke, sollen Arbeitgeber wirksame Maßnahmen ergreifen, ab 30 Grad müssen sie dies tun.

Geschlossene Räume lassen sich über Nacht oder in den frühen Morgenstunden durch Lüftung auskühlen und tagsüber durch Verschattung der Fenster vor Überwärmung schützen. Elektrische Geräte, die Abwärme produzieren, können beispielsweise nur bei Bedarf in Betrieb genommen werden. Gegen störende direkte Sonneneinstrahlung helfen auch außenliegende Jalousien sowie innen liegende Rollos aus hellem oder hoch reflektierendem Material. Schwere körperliche Arbeit in den heißen Stunden sollte man vermeiden oder verringern und mit kurzen Ruhephasen unterbrechen. Zusätzliche kurze Pausen von rund zehn Minuten sind ebenfalls ratsam. Auch eine Lockerung der Bekleidungsregeln kann angewiesen werden. Ein kostenloses Angebot alkoholfreier Getränke und vor allem flexible Arbeitszeiten erleichtern den Arbeitsablauf. So sollte die Möglichkeit angeboten werden, morgens früher mit der Arbeit zu beginnen, um hohen Temperaturen am Nachmittag auszuweichen.

Vor allem werdende oder stillende Mütter, Frauen an Steharbeitsplätzen, ältere und gesundheitlich gefährdete Beschäftigte – wie chronisch Kranke, Menschen mit bestimmter Behinderung oder medikamentöser Behandlung – benötigen besonderen Schutz vor zu hohen Temperaturen am Arbeitsplatz. Darum ist für diese Gruppe bereits ab Temperaturen von 26 Grad eine angepasste Gefährdungsbeurteilung vorzunehmen.

Wichtig sei, so die Ministerin, dass Beschäftigte Symptome wie Übelkeit, Schwindel, Erbrechen oder die Störung des Bewusstseins ernst nehmen. Denn dies sind erste Anzeichen für einen drohenden Hitzschlag. Deswegen sollte jeder am Arbeitsplatz ausreichend trinken. Reicht es, bei 24 Grad Raumtemperatur etwa 2 Liter am Tag zu trinken, so sollte die Trinkmenge bei hohen Temperaturen um mindestens 1 Liter gesteigert werden. Besonders geeignet sind Mineralwässer, ungesüßte Früchte- und Kräutertees sowie verdünnte Fruchtsäfte.