



Arbeitsschutz Newsletter

Maßnahmen gegen Hitze in Arbeitsräumen

Die Sonne scheint und draußen zeigt das Thermometer 30 Grad Celsius. Ein perfekter Sommertag – zumindest für diejenigen, die bei den sommerlichen Temperaturen den Tag am See oder Schwimmbad verbringen. Wer hingegen bei diesen Temperaturen arbeiten muss, ist von der Hitze häufig belastet.



Was extreme **Hitzebelastung** bedeutet und welche Tätigkeiten durch derartige Belastungen zu besonderen Gefährdungen führen können, konkretisiert die [Arbeitsmedizinische Regel AMR Nr. 13.1](#).

Arbeiten bei Hitze kann das Herz-Kreislauf-System beanspruchen, zu einem erheblichen Flüssigkeitsverlust führen sowie die Aufmerksamkeit negativ beeinflussen. Bei einer sehr großen Hitzebelastung kann es im schlimmsten Fall zu einer **Hitzeerschöpfung oder einem Hitzekollaps** kommen.

Bei steigenden Außentemperaturen kann es auch in Arbeitsräumen heiß werden.

Gezielte Maßnahmen helfen, die Temperatur in den Räumlichkeiten möglichst gering zu halten und so das Arbeiten bei Hitze zu ermöglichen.

Technische und organisatorische Maßnahmen

Die [Technische Regel für Arbeitsstätten ASR A3.5](#) konkretisiert die Anforderungen an Raumtemperaturen von Arbeitsstätten. In der ASR ist festgehalten, dass Arbeitgeber bereits beim Einrichten der Arbeitsstätte darauf achten müssen, „*dass die baulichen Voraussetzungen an den sommerlichen Wärmeschutz nach den anerkannten Regeln der Technik (nach geltendem Baurecht) gegeben sind*“.

Die Sicherheitsbeauftragten können organisatorische Schutzmaßnahmen gemeinsam mit den Vorgesetzten bzw. direkt mit den UnternehmerInnen abstimmen und veranlassen, u. a.:

- **Sonnenschutz anbringen:** Rollos, Jalousien und Gardinen verhindern, dass die Sonne direkt in die Räumlichkeiten scheint.
- **Richtiges Lüften:** Um die Raumtemperatur möglichst niedrig zu halten, sollten die Beschäftigten wissen, wie sie optimal lüften: Fenster sollten morgens und abends geöffnet werden, während des Tages aber geschlossen bleiben.
- **Wärmequellen vermeiden:** Geräte wie Drucker oder Kopierer in anderen Räumen unterbringen und sie nur bei Bedarf einschalten.
- **Getränke zur Verfügung stellen:** Um Flüssigkeitsverlust vorzubeugen, sollten den Beschäftigten Getränke (Wasser) zur Verfügung gestellt werden.
- **Arbeitszeiten anpassen:** Gleitzeit anbieten: Beschäftigte beginnen in den kühleren Morgenstunden mit der Arbeit und beenden diese, wenn es draußen am wärmsten ist.
- **Bekleidungsregeln lockern:** Luftdurchlässige, leichte und bequeme Kleidung hilft, die Körpertemperatur zu regulieren.

Antworten zu den häufigsten Fragen zum „Klima im Büro“ finden Sie auch in der [DGUV Information 215-520](#).

Für weitere Informationen fragen Sie gerne Ihre Fachkräfte für Arbeitssicherheit und / oder Ihre Betriebsärzte.

Carsten Binnenhey
Fachkraft für Arbeitssicherheit, Abfallbeauftragter
Quellen: aug.dguv.de „Maßnahmen gegen Hitze im Betrieb“