

Firma: 	<h1>Betriebsanweisung</h1>	Datum: Juli/2022
Arbeitsbereich: Verwaltung u.ä.		Erstellt Steffi Zilm

BEZEICHNUNG

Arbeiten bei Hitze im Büro

GEFAHREN FÜR MENSCHEN



- Gefahren durch Hitze (Temp.>30°C) – Hitzestress, Hitzeerschöpfung, Hitzschlag,
- starke Herz-Kreislaufbelastungen
- Unfallgefahr durch Beeinträchtigung der Konzentration
- Gefahren durch Ozonbelastung (Augenbrennen, Reizgefühl in Hals und Rachen, Atemnot, Kopfschmerzen)

SCHUTZMAßNAHMEN UND VERHALTENSREGELN

- Durch- bzw. querlüften in den Morgenstunden, gegeben Falls Nachtkühlung zulassen
- Reduzierung der inneren thermischen Lasten (z. B. elektrische Geräte nur bei Bedarf betreiben)
- Sonnenschutz an den Fenstern nutzen
- Lockerung der Bekleidungsregelungen
- „Die Leiter der Bereiche, in denen die Dienstvereinbarung über die Fortführung der gleitenden Arbeitszeit Anwendung findet, können für einzelne Beschäftigte oder Gruppen von Beschäftigten festlegen, dass die Arbeitszeit um 6:00 Uhr beginnt und/oder die Kernzeit um 14:00 Uhr endet, sofern in den Arbeitsräumen hohe Temperaturen zu verzeichnen sind. Dienstliche Belange dürfen nicht entgegenstehen. Die Erreichbarkeit der Bereiche zu den bisher üblichen Zeiten ist zu gewährleisten, d.h. es soll nicht für ganze Bereiche/Teilbereiche oben genannte veränderte Kernzeit festgelegt werden.“
(Quelle: Mail des Herrn Kurlemann vom 04.08.2022)
- auf Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer, die chronisch erkrankt oder älter sind, medikamentös behandelt werden oder Schwangere und Stillende sollte besonders Rücksicht genommen werden.
- Häufig Kurzpausen / regelmäßige Trinkpausen einlegen aber geeignete Getränke (alkoholfrei, ungesüßt, kohlen säurearm, nicht stark koffeinhaltig, nicht stark gekühlt) in ausreichender Menge zu sich nehmen - bevor Durst einsetzt (z.B. Wasser, Fruchtsaftschorle, Früchtetee)
- Leichte Mahlzeiten einnehmen

VERHALTEN BEI GESUNDHEITSSTÖRUNGEN - ERSTE HILFE

Auf Symptome bei sich und KollegInnen achten - bei ersten Anzeichen sofort handeln!



Anzeichen bei Hitzeerschöpfung: starkes Schwitzen (kaltschweißig) bei gleichzeitigem Frösteln, Blässe, schneller, schwacher Puls, Schwindel, Übelkeit, ggf. Muskelkrämpfe

Erste Hilfe: Arbeit unterbrechen – KollegInnen aufmerksam machen - an kühlen, schattigen Ort bringen - bei Schwindel hinlegen – salzhaltige Flüssigkeit in kleinen Schlucken zuführen (wenn bewusstseinsklar)

Anzeichen bei Hitzeschlag: kein Schwitzen, trockene, gerötete, heiße Haut, Körpertemperatur > 39,5°C, stechender Kopfschmerz, schneller starker Puls, Schwindel, Übelkeit/ Erbrechen, Verwirrtheit, Benommenheit, ggf. Bewusstlosigkeit

Erste Hilfe: an kühlen, schattigen Ort bringen - schwere Kleidung ausziehen - Flüssigkeit zuführen (wenn bei vollem Bewusstsein) - kühl abdschen/ Kühleumschläge anlegen (gesamten Körper mit Wasser kühlen) - bei

Bewusstlosigkeit: stabile Seitenlage, Atmung prüfen, wenn nötig Wiederbelebung Bei Hitzeschlag immer **Notruf 112** absetzen!