

# Checkliste

## Arbeiten an heißen Tagen auf Baustellen im Freien



**Sind Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter vor den Einwirkungen von Hitze, UV-Strahlen und Ozon genügend geschützt?**

### **Hitze:**

Während Hitzephasen im Sommer wird der Organismus des Menschen zusätzlich belastet, besonders wenn noch eine hohe Luftfeuchtigkeit dazu kommt. Speziell betroffen sind Personen, die schwere körperliche Arbeit im Freien verrichten. Belastet ist vor allem der Kreislauf. Sehr hohe Umgebungstemperaturen können zu Hitzekrämpfen, Hitzeerschöpfung oder im schlimmsten Fall zu einem Hitzschlag führen.

### **Sonneneinstrahlung (UV-Strahlen):**

Ultraviolett-Strahlen sind unsichtbar und nicht spürbar. Wir begegnen ihnen täglich, sie sind Teil der Sonnenstrahlung. Im Sommer werden die Tageshöchstwerte zwischen 11.00 und 15.00 Uhr erreicht. Ab einer gewissen Intensität können UV-Strahlen Hautkrebs oder Augenschäden verursachen.

### **Ozon:**

Bei intensiver Sonneneinstrahlung bildet sich Ozon, vorwiegend im Frühsommer und im Sommer. Die Tageshöchstwerte werden in den späten Nachmittagsstunden erreicht (ca. 16.00 bis 18.00 Uhr). Bodennahes Ozon wirkt als Reizgas. Hohe Ozonbelastungen können zu Augenbrennen, Reizgefühl in Hals und Rachen, Atemnot und Kopfschmerzen führen.

Mit dieser Checkliste bekommen Sie die Gefährdungen infolge Hitze, starker Sonneneinstrahlung und Ozon besser in den Griff.

Im Folgenden finden Sie eine Auswahl wichtiger Fragen zum Thema dieser Checkliste. Sollte eine Frage für Ihren Betrieb nicht zutreffen, streichen Sie diese einfach weg.

**Wo Sie eine Frage mit  «nein» oder  «teilweise» beantworten, ist eine Massnahme zu treffen.**

Notieren Sie die Massnahmen auf der Rückseite.

## Vorgehen bei Temperaturen über 25°C im Schatten

1	Weiss die Person, die vor Ort für den Gesundheitsschutz zuständig ist, über die Gefährdungen infolge Hitze und Ozon Bescheid und kennt sie die erforderlichen Schutzmassnahmen?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein
2	Sind auch die Arbeitnehmenden über die Gefährdungen durch Hitze und Ozon informiert und wissen sie, wie sie sich verhalten sollen?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein
3	Werden die Umgebungsbedingungen an den verschiedenen Arbeitsplätzen und das Befinden der Arbeitnehmenden kontinuierlich beobachtet?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein
4	Sind für die Pausen schattige Plätze vorhanden?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein
5	Wird vor Ort frisches Trinkwasser in genügender Menge zur Verfügung gestellt?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein
6	Nehmen die Arbeitnehmenden die notwendige Flüssigkeit zu sich?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein
7	Verzichten die Arbeitnehmenden auf den Konsum von alkoholischen Getränken und anderen Drogen?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein
8	Werden sehr schwere Arbeiten auf die frühen Morgenstunden verschoben (Bild 2)?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein
9	Tragen die Arbeitnehmenden leichte Kleider, die vor Sonneneinstrahlung schützen (Hitze, UV-Strahlung) und die Verdunstung von Schweiss zulassen?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein
10	Schützen die Arbeitnehmenden freie Körperpartien durch eine Sonnenschutzcreme mit einem passenden Lichtschutzfaktor? (Auch die Lippen sind zu schützen.)	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein
11	Tragen die Arbeitnehmenden den Schutzhelm oder – wo dies nicht erforderlich ist – eine geeignete Kopfbedeckung?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein
12	Tragen die Arbeitnehmenden wenn nötig eine geeignete Sonnenbrille, welche die Augen vor starker Blendung durch reflektierende Objekte und vor UV-Strahlen schützt? (Es sind Sonnenbrillen zu verwenden, die auch gegen Strahlen von der Seite schützen.)	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein



Bild 1: Instruktion der Mitarbeitenden.

**Weitere Informationen zum Thema Hitze, Ozon und UV-Strahlung finden Sie unter**

- [www.suva.ch/hitze](http://www.suva.ch/hitze)
- [www.ozon-info.ch](http://www.ozon-info.ch)
- [www.uv-index.ch](http://www.uv-index.ch)
- [www.hauttyp.ch](http://www.hauttyp.ch)



Bild 2: Sehr schwere Arbeiten sind auf die frühen Morgenstunden zu verlegen.

**Sehr schwere Arbeiten sind beispielsweise**

- intensive Grabarbeiten
- stetes Besteigen von Treppen oder Leitern
- intensives Heben und Tragen von schweren Lasten



Bild 3: Der gesamte Körper muss vor Sonneneinstrahlung (UV-Strahlung) geschützt sein.

## Zusätzliche Massnahmen bei Temperaturen über 30 °C im Schatten

13 Sind die Arbeitnehmenden informiert, dass sie mit fieberhaften Erkrankungen bei diesen Temperaturen nicht arbeiten dürfen?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein
14 Werden die Arbeitszeiten den besonderen Gegebenheiten angepasst, beispielsweise durch Verschieben des Arbeitsbeginns in die frühen Morgenstunden?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein
15 Werden stündlich kurze Pausen (mindestens 5 Minuten) an einem kühlen und schattigen Ort gemacht?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein
16 Wird möglichst nur noch an beschatteten Arbeitsplätzen gearbeitet?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein
17 Werden allein arbeitende Personen und Personen mit belastender persönlicher Schutzausrüstung (beispielsweise Schutzanzüge mit Atemschutzmasken) von einer zweiten Person überwacht?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein



Bild 4: Durch Verschieben der Arbeitszeiten kann das Arbeiten während der Zeit der Extrembelastungen vermindert werden.

## Zusätzliche Massnahmen bei Temperaturen über 35 °C im Schatten

18 Wird das Arbeiten an der prallen Sonne vermieden? Nötigenfalls künstliche Beschattung der Arbeitsplätze (Notdach, Sonnenschutzzelt, Sonnensegel usw.).	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein
19 Werden sehr schwere Arbeiten (siehe Seite 2) auf das absolut notwendige Minimum reduziert?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein
20 Nehmen die Arbeitnehmenden genügend Flüssigkeit zu sich (mindestens 3 bis 5 Deziliter 2- bis 3-mal pro Stunde)?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein
21 Werden stündlich Pausen von ca. 15 Minuten an einem kühlen Ort gemacht?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein
22 Achten die Arbeitnehmenden bei sich und bei ihren Kollegen auf Anzeichen von Hitzeerkrankungen (z. B. Schwäche, Erschöpfung, Schwindel, Übelkeit, Muskelkrämpfe, Konzentrationsstörungen)?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein

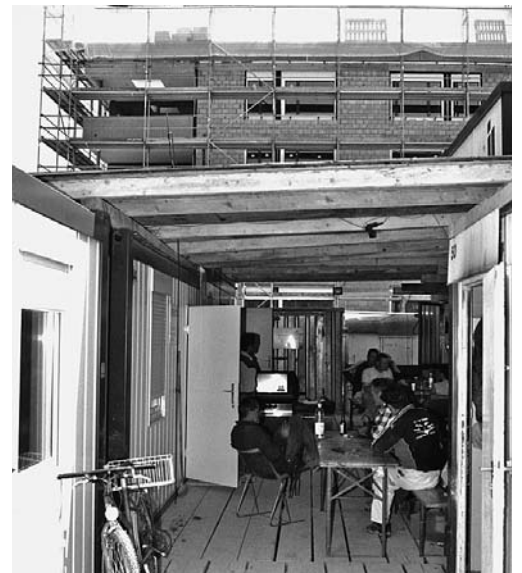


Bild 5: An einem kühlen Ort kann sich der Körper rascher erholen.

## Ausserordentliche klimatische Bedingungen (hohe Luftfeuchtigkeit)

23 Bei schwülem Klima (z.B. bei Gewitterneigung mit relativer Luftfeuchtigkeit über 75 %) sind bereits bei 32°C die in Frage 18 bis 22 beschriebenen Massnahmen zur treffen. – Wird dies in Ihrem Unternehmen so gemacht?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein
---	--

Dieser Fragenkatalog ist nicht abschliessend. Insbesondere geht die Gefährdungsbeurteilung, die den obigen Fragen zugrunde liegt, davon aus, dass für Arbeiten bei Hitze und Ozon auf Baustellen im Freien nur Arbeitnehmende eingesetzt werden, die sich in guter Verfassung befinden. Durch die Einnahme von Medikamenten kann die Leistungsfähigkeit eingeschränkt werden.

