

# Schutz gegen Hitzeschläge und UV-Strahlung



Diese Info erscheint auch in Französisch, Italienisch und Portugiesisch.

## BfA-Info



1 Hitze, Sonne und UV-Strahlen



2 Schutzmassnahmen nach dem T-O-P Prinzip



3 Technische Massnahmen (T)



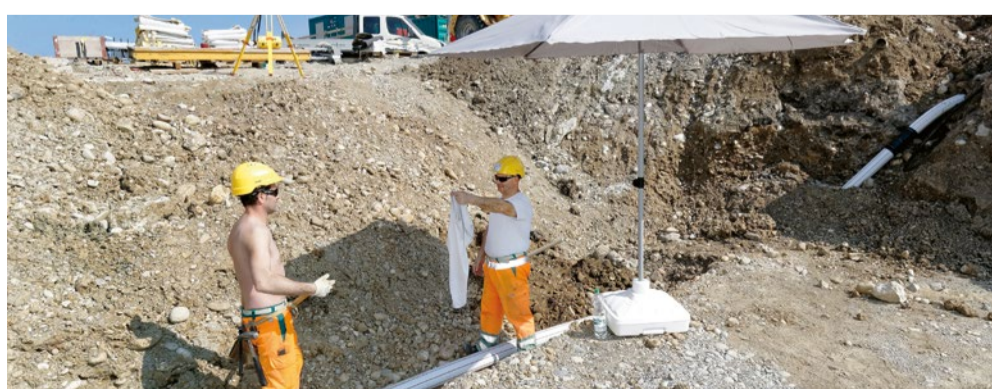
6 Arbeiten über 30°C



4 Organisatorische Massnahmen (O)



7 Baustellen im Gebirge



5 Personenbezogene Massnahmen (P)



8 Früher Arbeitsbeginn bei hohen Ozonwerten



## Schutz gegen Hitzeschläge und UV-Strahlung

### 1 Hitze, Sonne und UV-Strahlen

Im Sommer erreicht die Hitze in den Monaten Juli und August ihren Höhepunkt. Massnahmen sind dann bei schweren und belastenden Arbeiten zu treffen. Die UV-Strahlung ist bereits vor der Hitzewelle sehr stark und beispielsweise im Mai gleich hoch wie im August. Schon eine kurze Sonneneinstrahlung kann bei empfindlicher Haut zu einem Sonnenbrand führen. Gewisse Hautkrankheiten (wie bspw. Hautkrebs) können durch Sonnenlicht verursacht oder verschlimmert werden. Intensives Sonnenlicht über längere Zeit beschleunigt die Hautalterung.

Wer im Freien arbeitet, ist bis zu doppelt so viel UV-Strahlung ausgesetzt wie während der Freizeit und hat damit ein erhöhtes Risiko. Der Schutz vor der Sonne ist bekanntlich bereits im April nötig, auch wenn es noch nicht heiss ist. Im Juni und Juli ist die UV-Strahlung nachweisbar am stärksten.

### 2 Schutzmassnahmen nach dem T-O-P Prinzip

Erst wenn Gesundheitsgefahren durch technische oder organisatorische Massnahmen nicht oder nicht vollständig ausgeschlossen werden können, hat der Arbeitgeber zumutbare und wirksame persönliche Schutzausrüstungen (PSA) zur Verfügung zu stellen (vgl. VUV Art. 5). Der Arbeitnehmer hat die Pflicht, die PSA zu benützen (vgl. Art. 11 VUV). Das T-O-P-Prinzip widerspiegelt diese Vorschriften. Das heisst, technische und organisatorische Massnahmen gehen vor der PSA.

### 3 Technische Massnahmen (T)

Bei den technischen Massnahmen sind hier Kollektivschutzmassnahmen gemeint, die die UV-Strahlung durch die Sonne verhindern. Hierzu zählen alle Formen von Beschattungen, wie Schutzzelte, Sonnenschirme, Sonnensegel oder auch UV Folien für Baggerscheiben. Dementsprechend sind Arbeiten im Schatten grundsätzlich zu bevorzugen.

### 4 Organisatorische Massnahmen (O)

Mit organisatorischen Massnahmen sind Arbeitsabläufe gemeint, um Belastungen durch Hitze oder UV-Strahlung zu vermeiden. Die Planung der Arbeitsabläufe bedeutet je nach Baustelle: Schwere und belastende Arbeiten in die Morgenstunden zu verlegen und Pausen im Schatten zu machen. Bei Arbeiten ist zudem zu prüfen, ob die pralle Sonne vermieden werden kann.

### 5 Personenbezogene Massnahmen (P)

Bei personenbezogenen Massnahmen sind PSA, das Verwenden von besonderen Schutzmitteln gemeint. Hier gilt auch die Eigenverantwortung jedes Arbeitnehmers (vgl. Punkt 2). Machen Sie deshalb ihre Kollegen darauf aufmerksam, die PSA konsequent zu tragen. Bei Hitze muss man zudem genügend und regelmässig Wasser trinken (kein Alkohol). Kopf und Arme kann man zusätzlich mit Wasser kühlen. Zum Schutz vor UV-Strahlung sind mehrmals täglich Sonnencreme und Lippenpomade zu verwenden, eine Schutzbrille mit UV-Schutz und eine Kopfbedeckung (Helm) ist zu tragen. Zudem ist auf Kleidung zu achten, die die Verdunstung von Schweiß zulässt.

Im Juni und Juli ist die UV-Strahlung am stärksten. In dieser Zeit sind Kopf, Nase, Ohren sowie Nacken besonders zu schützen, da diese am meisten gefährdet sind für Hautkrebs. Können die Arbeiten in diesen Monaten nicht im Schatten durchgeführt werden, sind zusätzliche Schutzmassnahmen wie das Tragen eines Nackenschutzes mit Stirnblende erforderlich.

Unser Tipp: Ein feuchter Nackenschutz wirkt abkühlend an heissen Tagen.

### 6 Arbeiten über 30°C

Bei Arbeiten über 30°C ist die Arbeit so zu organisieren, dass Hitze und UV-Strahlung vermieden werden können. Arbeiten an der prallen Sonne sind zu vermeiden, indem die Arbeitsplätze beschattet oder die Arbeiten, in Absprache mit der Bauherrschaft und in Berücksichtigung der Arbeitszeitvorschriften, an kühleren Tageszeiten durchgeführt werden können. Ist dies nicht möglich, sind zusätzliche Pausen einzuplanen und für regelmässige Kühlung zu sorgen. Die Massnahmen gemäss Punkt 5 sind auf jeden Fall umzusetzen.

### 7 Baustellen im Gebirge

In den Bergen ist die UV-Belastung stärker als im Schweizer Mittelland. Die UV-Belastung steigt pro 1000 Höhenmeter um etwa 10%. Das heisst: je höher über Meer, desto stärker die UV-Strahlung. Schnee reflektiert die UV-Strahlen zusätzlich und führt fast zu einer Verdoppelung der UV-Belastung. Die UV-Strahlung ist daher bereits im Frühling und bis Ende Sommer (Mai bis August) gefährlich.

### 8 Früher Arbeitsbeginn bei hohen Ozonwerten

Bei intensiver Sonneneinstrahlung bildet sich Ozon, vorwiegend im Frühsommer und im Sommer. Die Tageshöchstwerte werden erst in den späten Nachmittagsstunden erreicht (ca. 16 bis 18 Uhr), sind aber sehr regional bedingt. Bei Tagen mit andauernden hoher Ozon-Belastungen, ist es daher sinnvoll, früher mit der Arbeit zu beginnen.



## Bestellungen BfA-Info

SBV-Shop: [shop.baumeister.ch](http://shop.baumeister.ch)  
[sbvshop@baumeister.ch](mailto:sbvshop@baumeister.ch)



## Publikationen und Links zum Thema

- [www.suva.ch/sonne](http://www.suva.ch/sonne)
- [www.baumeister.swiss/arbeitssicherheit/bfa-uv-strahlung](http://www.baumeister.swiss/arbeitssicherheit/bfa-uv-strahlung)
- [www.meteoschweiz.admin.ch/home.html?tab=uvindex](http://www.meteoschweiz.admin.ch/home.html?tab=uvindex)
- [www.ozon-info.ch](http://www.ozon-info.ch)
- [www.suva.ch/67135.d](http://www.suva.ch/67135.d) Checkliste: Arbeiten im Freien
- BfA Merkblatt 032: Schutz vor Hitze bei Arbeiten im Freien



## Dienstleistungen

Die Dienstleistungen der BfA konzentrieren sich auf die drei Bereiche **Schulung, Beratung, Publikationen**. Die Dienstleistungen richten sich an alle Unternehmen des Bauhauptgewerbes und sind in der Regel unentgeltlich.



## BfA – Beratungsstelle für Arbeitssicherheit

### Beratungsstelle für Arbeitssicherheit BfA

c/o Schweizerischer Baumeisterverband SBV  
Weinbergstrasse 49/Postfach  
8042 Zürich  
+41 58 360 76 66  
[beratung@bfa-bau.ch](mailto:beratung@bfa-bau.ch)  
[www.bfa-bau.ch](http://www.bfa-bau.ch)

### Bureau pour la Sécurité au Travail BST

c/o Société Suisse des Entrepreneurs SSE  
Avenue de Savoie 10  
Case postale 1376  
1001 Lausanne  
+41 58 360 77 05  
[conseils@bst-construction.ch](mailto:conseils@bst-construction.ch)  
[www.bst-construction.ch](http://www.bst-construction.ch)

### Ufficio di consulenza per la sicurezza sul lavoro UCSSL

c/o Società Svizzera degli Impresari-Costruttori SSIC  
Viale Portone 4  
6500 Bellinzona  
+41 91 825 54 23  
[consulenza@ucsl-costruzione.ch](mailto:consulenza@ucsl-costruzione.ch)  
[www.ucsl-costruzione.ch](http://www.ucsl-costruzione.ch)

## Dank

Grossen Dank gebührt der ANLIKER AG, die ihre Mitarbeiter freundlicherweise für ein gutes Gelingen der Fotos zur Verfügung gestellt hat.

