



HITZESCHUTZ AM ARBEITSPLATZ

Der Sommer steht vor der Tür. In Zeiten des Klimawandels wird es für Unternehmen immer wichtiger, die Mitarbeitergesundheit bei hohen Temperaturen zu schützen und damit auch die Produktivität zu gewährleisten.

Stellen Sie sich bitte einmal vor, dass Sie auf einer Baustelle in Schutzausrüstung bei über 30 Grad Celsius arbeiten. Oder dass Sie kranke Menschen bei hohen Temperaturen pflegen. Rinnt schon in Gedanken der Schweiß? Etwa ein Viertel der Beschäftigten erlebt während der Arbeit durch Hitze eine starke Belastung. Dabei sind ältere Beschäftigte zu größeren Anteilen und stärker betroffen als andere. Auch die Tätigkeit spielt eine Rolle. So sind ganze 49,3 Prozent der Beschäftigten in der Alten- und Krankenpflege belastet. Im Bereich Bau und Handwerk sind es 27,6 Prozent. Die Symptome reichen von Abgeschlagenheit und Müdigkeit über Schlafprobleme, vermehrtes Schwitzen bis hin zu Kreislaufbeschwerden. Auch Konzentrations- und Leistungsfähigkeit sinken. Das sind zentrale Ergebnisse aus dem DAK-Gesundheitsreport 2024 „Gesundheitsrisiko Hitze. Arbeitswelt im Klimawandel“.*

SO WIRKT HITZE

„Hohe Temperaturen haben erhebliche Auswirkungen auf den Körper und auf die Psyche. Deswegen sind Menschen dann weniger leistungsfähig, langsamer, fehleranfälliger

und auch schneller aggressiv“, erklärt Dr. Andrea Nakoinz, Fachärztin bei der Deutschen Allianz Klimawandel und Gesundheit e.V. (KLUG). Wer körperlich hart arbeitet, hat zudem ein höheres Risiko für hitzebedingte Erkrankungen wie Hitzschlag oder Dehydratation. Vulnerable Gruppen wie chronisch kranke oder ältere Menschen und Schwangere sind besonders betroffen – und zu schützen. Hitze kann beispielsweise auch die Wirkung von Medikamenten beeinflussen.

WIE VORBEUGEN?

„Die erste Aufgabe für Führungskräfte besteht darin, zu identifizieren, wo es spezifische Gefährdungen im eigenen Unternehmen gibt und welche Menschengruppen besonders gefährdet sind“, sagt Dr. Nakoinz. Ein darauf abgestimmtes Hitzeschutzkonzept umfasst sowohl technische als auch organisatorische und personelle Schutzmaßnahmen. Je nach Branche können zum



Dr. Andrea Nakoinz, Fachärztin bei der Deutschen Allianz Klimawandel und Gesundheit e.V. (KLUG)



Jährlicher Hitzeaktionstag

Um das Bewusstsein für die Gefahren von Hitze zu erhöhen, unterstützt die DAK-Gesundheit den bundesweiten Hitzeaktionstag 2025 „Deutschland hitze-resilient machen – wir übernehmen Verantwortung“. Er findet am **4. Juni 2025** im dritten Jahr in Folge statt und appelliert an alle: Hitzegefahren ernstnehmen – Hitzeschutz konsequent umsetzen.

www.hitzeaktionstag.de

Machen Sie mit!

Beispiel Sonnenschutzsysteme, Witterungsschutzzelte auf Baustellen, das Verschieben der Kernarbeitszeit auf kühlere Tageszeiten oder die Möglichkeit zum Homeoffice sinnvoll sein. Auch die Bereitstellung von ausreichend Getränken, die Anpassung der Dienstkleidung an hohe Temperaturen oder eine leichtere, hitzefreundlichere Kost in der Kantine sind Optionen.

EINFACHE STRATEGIEN

„Auch ganz einfache Maßnahmen können oft schon helfen. Zum Beispiel den Schreibtisch an einer anderen Stelle im Büro positionieren“, so die Expertin. Sehr wichtig sei auch die Sensibilisierung der Mitarbeitenden und auch bereits der Azubis im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM). „Sehr viele Menschen wissen gar nicht, dass sie hitzegefährdet sind und wie man hitzebedingte Erkrankungen bei sich und anderen erkennt.“

Thomas Corrinth

* Gesundheitsreport 2024 zum Thema Hitze: www.dak.de/forschung

Aktion Refill Deutschland

Was wäre, wenn Menschen in Innenstädten in jedem Geschäft kostenfreies Leitungswasser zum Auffüllen ihrer Trinkflasche bekämen, vor allem in der Sommerhitze? 2017 in Hamburg gestartet, hat sich Refill Deutschland zu einer deutschlandweiten Bewegung entwickelt. Das Konzept: Geschäfte mit dem Refill-Aufkleber bieten kostenfreies Leitungswasser für jedes mitgebrachte Trinkgefäß an, nach dem Motto: „Habe eine Trinkflasche dabei – Schütze unsere Umwelt – Trink genug Wasser – Lebe gesund und spare Geld!“. Linda Schmidt, Nachhaltigkeitsmanagerin der DAK-Gesundheit, sagt: „Umweltschutz, die Vermeidung von Plastikmüll, die Förderung von Leitungswasser als Trinkwasser sowie diskriminierungsfreie Gleichbehandlung aller Menschen sind die Ziele von Refill. Das sind gute Gründe, warum sich mittlerweile mehr als 70 DAK-Servicezentren bundesweit an der Aktion beteiligen.“

„Wir sind ganz begeistert von der Aktion Refill Deutschland und freuen uns, wenn wir auch andere Unternehmen zur Teilnahme an dieser Initiative motivieren können. Gerade bei Hitze ist es wichtig, ausreichend zu trinken – wir unterstützen das gern!“



Karen Lehmann, Servicecentrumsleiterin der DAK-Gesundheit in Memmingen

Hitzeschutz für Ihre Beschäftigten

Beratung zum Hitzeschutz

Das Betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM) der DAK-Gesundheit unterstützt Unternehmen dabei, einen guten und gesunden Umgang mit den klimatischen Herausforderungen für alle Beschäftigten zu finden. Beratung zum Thema Hitzeschutz erhalten Sie unter der BGM-Hotline **040 325 325 720** zum Ortstarif oder per E-Mail an: bgm@dak.de.

Weitere Informationen: www.dak.de/bgm

DAK-Hitzecheck

Wie cool ist Ihr Unternehmen? Der DAK-Hitzecheck gibt eine schnelle Einschätzung in puncto Hitzeprävention: www.dak.de/hitzeschutz. Hier finden Sie auch weitere Tipps zum Hitzeschutz in Ihrem Unternehmen.