



Gemeinsam handeln  
für Klima und Gesundheit



KLUG

Deutsche Allianz  
Klimawandel und Gesundheit

# Eigenschutz für Beschäftigte

Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit e.V.

KLUG

# Warum ist Schutz der Beschäftigten wichtig?

- auch Beschäftigte leiden unter Hitze
- Infektionsschutzkleidung erschwert Ableitung der Körperwärme
- Betreuung wird intensiver und aufwendiger
- Arbeitgeber:innen gesetzlich verpflichtet, Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz zu gewährleisten
- Beschäftigte können über Betriebsräte oder Betriebsärzt:innen Hitzeschutz einfordern

# Organisatorisches



## Informiert sein

- Hitzewarnungen des Deutschen Wetterdienstes abonnieren
- Hitzewellen im Team besprechen
- Schulungen anbieten, Infomaterial bereitstellen



## Vorausschauend planen

- Aktivitäten planen (Tageszeiten bzw. Räumlichkeiten beachten)
- Schlafmangel und Partner-System bei Schichtdienstplanung berücksichtigen



## Raumklima beeinflussen

- systematisch kontrollieren
- Möglichkeiten zur Beeinflussung nutzen



## Abkühlung ermöglichen

- kühle Pausenräume schaffen
- kostenlose Getränke bereitstellen

# Strategien zum Schutz: Vor und nach der Arbeit



## Erholung beachten

- auf ausreichende Nachtruhe in kühler Umgebung achten
- zwischen den Arbeitsschichten ausreichend erholen



## Arbeitsweg berücksichtigen

- auf Sonnenschutz achten
- ausreichend Trinken
- Zeit einplanen



## Fitness fördern

- durch regelmäßigen Sport Herz-Kreislauf-System stärken

# Strategien zum Schutz: Während der Arbeit



## Aktiv abkühlen durch...

- feuchte Umschläge
- Sprühwasser
- fließendes Wasser
- Puls Kühler



## Gesund essen und trinken

- ausreichend trinken
- kleinere häufigere Portionen essen
- leichte, wasserreiche Kost



## Pausen einlegen

- auf regelmäßige Pausen zum Trinken und Abkühlen achten

# Arbeiten mit Infektionsschutzkleidung



## Auf Kühlung achten

- kühle Getränke vor Anlegen der Schutzausrüstung trinken
- wenn möglich Kühlwesten tragen



## Vorausschauend arbeiten

- Wege planen
- Tempo anpassen



## Passend kleiden

- möglichst wenige Kleidungsschichten tragen
- Gewicht der Ausrüstung verringern



## Mit Ausrüstung umgehen

- Mund-Nasen-Schutz bei Durchfeuchtung oder erhöhtem Atemwiderstand wechseln



Berücksichtigen Sie Ihre **eigenes Risikoprofil**.

Achten Sie auf **Zeichen der Hitzeerschöpfung**.

Melden Sie sich **sofort**, wenn Sie sich unwohl fühlen, ungewöhnliche **Symptome verspüren** oder wenn anhaltende Symptome auftreten.

# Quellen

- KLUG – Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit e.V. (2021): Informationen für Pflegeheimleitungen zum Gesundheitsschutz Ihrer Bewohner\*innen bei Hitzewellen unter Berücksichtigung der Corona-Situation, online verfügbar unter: <https://www.klimawandel-gesundheit.de/wp-content/uploads/2021/06/2021-06-Hitze-Infoblatt-Pflegeheim.pdf>
- KLUG – Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit e.V. (2021): Medizinisches Personal: Arbeiten bei Hitze unter Infektionsschutzmaßnahmen, online verfügbar unter: <https://www.klimawandel-gesundheit.de/wp-content/uploads/2021/06/2021-06-Hitze-Infoblatt-Pflegeheim.pdf>
- LMU München (2021): Hitzemaßnahmenplan für stationäre Einrichtungen der Altenpflege – Empfehlungen aus der Praxis für die Praxis, München: [http://www.klinikum.uni-muenchen.de/Bildungsmodule-Aerzte/download/de/Klima3/Massnahmenplan/neu/LMU\\_Klinikum-Hitzemassnahmenplan\\_ONLINE.pdf](http://www.klinikum.uni-muenchen.de/Bildungsmodule-Aerzte/download/de/Klima3/Massnahmenplan/neu/LMU_Klinikum-Hitzemassnahmenplan_ONLINE.pdf)
- LMU München (2021): Gut durch die Sommerhitze. Informationen für Beschäftigte in Gesundheitsberufen, München: [http://www.klinikum.uni-muenchen.de/Bildungsmodule-Aerzte/download/de/Klima-4/broschueren-neu/Version-8/LMU\\_Gesundheitsberufe\\_v2.pdf](http://www.klinikum.uni-muenchen.de/Bildungsmodule-Aerzte/download/de/Klima-4/broschueren-neu/Version-8/LMU_Gesundheitsberufe_v2.pdf)





Gemeinsam handeln  
für Klima und Gesundheit



KLUG

Deutsche Allianz  
Klimawandel und Gesundheit

**Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit e.V. (KLUG)**

[kontakt@klimawandel-gesundheit.de](mailto:kontakt@klimawandel-gesundheit.de)

[www.klimawandel-gesundheit.de](http://www.klimawandel-gesundheit.de)