

### Worauf sollte bei UV-Schutzshirts geachtet werden?

Bei der Auswahl von UV-Schutzshirts spielen folgende Kriterien eine Rolle:

- langärmelig
- UV-Schutz – je höher der UPF (UV protection factor), desto höher die Schutzwirkung
- Warnschutz – hochsichtbar nach DIN EN ISO 20471, je nach Tätigkeit Klasse 2 oder 3
- Tragekomfort, z. B. angenehm auf der Haut, keine scheuernden Nähte, leichtes Material
- Bewegungsfreiheit – gute Passform, darf bei der Arbeit nicht behindern
- schadstofffreies Material, z. B. gemäß Oeko-Tex Standard 100
- schnell trocknendes, feuchtigkeitstransportierendes Material, ggf. geruchshemmend
- gleichbleibende Qualität, auch nach zahlreichen (Industrie-)Wäschen – Herstellerangaben beachten

Hinzu kommen optionale Aspekte, wie Nachhaltigkeit und faire Produktionsbedingungen.

▶ Lassen Sie sich vor dem Kauf Ansichtsexemplare in verschiedenen Größen schicken und beziehen Sie Ihre Beschäftigten nach Möglichkeit in die Auswahl ein. Nur gutschitzende Kleidung wird auch getragen.

Illustrationen: Andreas Denzer

### BG Verkehr

Geschäftsbereich Prävention  
Ottenser Hauptstraße 54  
22765 Hamburg  
Tel.: +49 40 3980-0  
Fax: +49 40 3980-1999  
E-Mail: [praevention@bg-verkehr.de](mailto:praevention@bg-verkehr.de)  
Internet: [www.bg-verkehr.de](http://www.bg-verkehr.de)



# Schutz vor natürlicher UV-Strahlung bei der Arbeit im Freien

2022/Mat.-Nr. 670-300-329



Beschäftigte, die viel im Freien arbeiten, sind natürlicher UV-Strahlung ausgesetzt. Mit einfachen Maßnahmen ist ein wirksamer Schutz möglich.

### Was ist natürliche UV-Strahlung?

Natürliche UV-Strahlung wird von der Sonne abgestrahlt und ist für das menschliche Auge unsichtbar.

Ihre Stärke hängt ab von:

- Sonnenstand (abhängig von der Tages- und der Jahreszeit)
- Bewölkung
- reflektierenden Oberflächen (z. B. starke Reflexion von weißen oder glänzenden Oberflächen)
- Breitengrad (je näher am Äquator, desto höher die UV-Strahlung)
- Höhe über Normalnull (je 1000 m Höhe erhöht sich die UV-Strahlung um 10%)
- Gesamtzongehalt (je geringer die Ozonkonzentration in der Atmosphäre, desto höher das Gefährdungspotential durch UV-Strahlung an der Erdoberfläche)

### Wie wirkt natürliche UV-Strahlung auf den Menschen?

In geringen Dosen ist die natürliche UV-Strahlung lebensnotwendig. Abhängig von Dauer und Stärke können jedoch schwerwiegende Schäden an Augen und Haut auftreten.

Man unterscheidet:

- akute Wirkungen, wie Sonnenbrand und Hornhautentzündung des Auges
- chronische Schäden, wie grauer Star, vorzeitige Hautalterung und Hautkrebs, die erst nach Jahrzehnten auftreten

### Was sollte bei der Arbeit im Freien beachtet werden?

- Je länger man sich in der Sonne aufhält, desto höher fällt die Belastung aus.
- Die Intensität der Strahlung ist von der Tageszeit abhängig. Besonders hoch ist die Belastung in der Mittagszeit von 11 bis 15 Uhr.
- Die UV-Belastung wird durch Schatten und Bewölkung gemindert, aber nicht ganz aufgehoben.
- Die Jahreszeit spielt eine Rolle. In den Frühjahrs- und Sommermonaten ist die UV-Strahlung am intensivsten.
- In Einzelfällen kann die Belastung durch die UV-Strahlung durch Oberflächenreflexionen, wie z. B. weiße Oberflächen oder Bleche, erhöht werden.

#### Unterweisung gemäß Gefährdungsbeurteilung

Informieren Sie Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die vorwiegend im Freien arbeiten, regelmäßig – mindestens einmal jährlich – über die Gefährdung durch natürliche UV-Strahlung und geeignete Schutzmaßnahmen.

### Wie sieht der optimale Schutz vor natürlicher UV-Strahlung aus?

Nach dem TOP-Prinzip haben technische Schutzmaßnahmen (z. B. Verwendung von Überdachungen oder Sonnensegeln auf stationären Betriebsstätten) und organisatorische Schutzmaßnahmen (z. B. Verlagerung von Tätigkeiten möglichst in die frühen Morgen- oder in die späten Nachmittagsstunden) Vorrang.

Bieten Sie den Beschäftigten zudem personenbezogene Maßnahmen zum Schutz vor natürlicher UV-Strahlung an und halten Sie diese in der Gefährdungsbeurteilung fest.

Motivieren Sie Ihre Beschäftigten, die von Ihnen bereitgestellten personenbezogenen Maßnahmen zu nutzen, wie z. B.:



Körper bedeckende Kleidung – ggf. zusätzliche Schutzwirkungen nach Gefährdungsbeurteilung berücksichtigen (z. B. Warnweste).



Kopfbedeckungen – z. B. mit einer breiten Krempe oder einem Nackenschutz.



UV-Schutzmittel für die von der Kleidung nicht bedeckten Körperteile (z. B. Gesicht, Hände). Das UV-Schutzmittel (z. B. Creme, Lotion) muss einen Lichtschutzfaktor (LSF) von mindestens 30 besitzen und sollte wasser- und schweißfest sein.



Sonnenschutzbrille – Diese sollte eine ausreichende UV-Absorption aufweisen („UV 400“) und auch vor seitlicher Sonneneinstrahlung schützen, z. B. durch breite Bügel.