

# SiBe-Report

Informationen für Sicherheitsbeauftragte – Ausgabe 3/2013

Passgenaue PSA (Persönliche Schutzausrüstung)?

## Selbst ändern ist bei Schutzkleidung nicht erlaubt

**Lassen sich gesundheitliche Risiken durch technische oder organisatorische Maßnahmen nicht ausreichend reduzieren, muss der Arbeitgeber den Beschäftigten in vielen Fällen Persönliche Schutzausrüstung (PSA) zur Verfügung stellen.**

Schutzkleidung, also etwa Feuerwehrkleidung, Schutzkleidung gegen Kälte, Warnkleidung oder auch Schweißerschutzkleidung wird wegen der hohen Anforderungen, die solche PSA erfüllen müssen, meist von einem akkreditierten Labor geprüft und zertifiziert.

Nicht immer aber sitzen Schutzhose, Handschuh oder Jacke perfekt. Auch Beschäftigte mit Amputationen von Gliedmaßen oder Fingern haben Probleme, passenden Schutz zu finden. Trotzdem darf man ein Kleidungsstück auf keinen Fall selbst kürzen oder enger machen. Auch Aufdrucke, Embleme oder andere Veränderungen sind nur in Absprache mit dem Hersteller zulässig. Dafür gibt es mehrere Gründe:



- Wird zertifizierte PSA nachträglich verändert, verliert das Zertifikat womöglich seine Gültigkeit und das Kleidungsstück darf nicht mehr als Schutzkleidung eingesetzt werden.
- Wird die Kleidung verändert, sind die Leistungsanforderungen womöglich nicht mehr erfüllt und die Schutzwirkung ist beeinträchtigt.

Wetterschutzkleidung etwa ist mit Membranen ausgestattet, die gegen Kälte und Nässe schützen. Werden diese Membranen

beim Anpassen mit der Nähmaschine durchstochen, ist die Schutzwirkung womöglich nicht mehr gewährleistet.

Schutzkleidung, die nachträglich mit einem Aufdruck oder Emblem individualisiert wird, entspricht

womöglich nicht mehr den Vorgaben der Norm DIN EN 471. Diese legt u. a. die Grundfläche des fluoreszierenden Hintergrundmaterials sowie die Fläche der Reflexstreifen fest. Wird ein Kleidungsstück enger oder kürzer gemacht, ist diese Anforderung nicht mehr erfüllt. Deshalb sollte immer vorab mit dem Hersteller geklärt werden, welche Veränderungen erlaubt sind und wer sie durchführen darf.

[www.dguv.de](http://www.dguv.de)  
© Webcode: d26238

## Neue Arbeitsstättenregel „Fußböden“

**Der Ausschuss für Arbeitsstätten (ASTA) bei der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin hat bisher 16 neue Arbeitsstättenregeln erstellt, die die Arbeitsstättenverordnung konkretisieren. Damit wurden die vormals 30 alten Arbeitsstätten-Richtlinien fast vollständig abgelöst.**

Wie Fußböden in Arbeitsstätten eingerichtet und betrieben werden müssen, damit Beschäftigte und Besucher möglichst gut vor Stolper-, Sturz- und Rutschunfällen geschützt sind, gibt nun die neue Arbeitsstättenregel ASR A1.5/1,2 „Fußböden“ vor,

mit deren Inkraftsetzung die alte Arbeitsstättenrichtlinie ASR 8/1 außer Kraft gesetzt ist. Die Regel fasst den Begriff „Fußböden“ sehr weit, denn Tragschicht, Fußbodenaufbau, Oberfläche sowie die Auflage sind ebenfalls gemeint. Das bislang allgemein gehaltene Verbot von Stolperstellen wird genauer definiert, so dürfen Fußböden keine Unebenheiten, Vertiefungen, Stolperstellen oder gefährlichen Schrägen aufweisen. Auch die Forderung nach Schutz vor physikalischen Einwirkungen wurde konkretisiert. Fußböden müssen u. a. gegen Wärme, Kälte und Feuch-

tigkeit schützen. Nicht enthalten sind bislang spezielle Anforderungen an die Fußböden von Baustellen, die aber folgen werden. Um das Kriterium Wärmeschutz zu erfüllen, darf die Oberflächentemperatur des Bodens nicht mehr als 3 °C unter oder 6 °C über der Lufttemperatur liegen. Für die Oberflächentemperatur von Fußbodenheizungen ist eine Höchstgrenze von +29 °C festgelegt.

[www.baua.de](http://www.baua.de)  
© Themen von A-Z © Arbeitsstätten © Arbeitsstättenrecht © Technische Regeln für Arbeitsstätten (ASR) © ASR A1.5/1,2 Fußböden

## Wegeunfälle vermeiden: Was tun bei Geisterfahrern?

**Jahr für Jahr ereignen sich in Deutschland zwischen 75 und 80 Unfälle durch sogenannte Geisterfahrer, Falschfahrer, die meist auf Autobahnen in der Gegenrichtung zum Verkehr unterwegs sind. Bei jedem sechsten dieser oft dramatischen Unfälle werden Menschen getötet.**

Die Verkehrssicherheitskampagne „Runter vom Gas“ hat die wichtigsten Tipps zusammengefasst, wie man sich vor Geisterfahrern schützen kann:

1. Vor Fahrtantritt das Radio einschalten und die Funktion „Radio Data System“ (RDS) wählen. Diese unterbricht bei

einer Verkehrswarnung automatisch das laufende Programm (egal, ob Radio oder von anderen Medien wie CD, MP3 etc.) und schaltet auf den Verkehrsfunk um.

2. Wird ein Geisterfahrer gemeldet, das Tempo drosseln und im Verkehrsfluss auf der rechten Fahrspur weiterfahren.
3. Abstand halten, nicht überholen und auf dem nächsten Parkplatz oder Rasthof auf Entwarnung warten.

Kommt tatsächlich ein Geisterfahrer entgegen, sollte man Ruhe bewahren:

1. Das Tempo drosseln und am rechten Fahrbahnrand halten.
2. Warnblinker einschalten, eigenen Standort ermitteln.
3. So schnell wie möglich die Polizei informieren.



Wer selbst auf die falsche Fahrbahn geraten ist, sollte auf keinen Fall versuchen

zu wenden, sondern so reagieren:

1. Die Geschwindigkeit drosseln.
2. Licht und Warnblinker anschalten, um andere Verkehrsteilnehmer zu warnen.
3. An den Fahrbahnrand fahren und das Auto so dicht wie möglich am Rand abstellen.
4. Die Warnweste anziehen.
5. Vorsichtig aussteigen und hinter die Leitplanke klettern.
6. Die Polizei über den Notruf 110 alarmieren.

[www.runtervomgas.de](http://www.runtervomgas.de)

© Themen © Geisterfahrer

### Was heißt eigentlich ...

**Begriffe aus der modernen Arbeitswelt kurz erklärt:**

## Inklusion

**Seit dem 26. März 2009 ist die UN-Konvention über die Rechte von Menschen mit Behinderungen (UN-BRK) in Deutschland geltendes Recht.**

Sie fordert, dass jeder Mensch, auch ein Mensch mit Behinderung, gleichberechtigt und ohne Zugangsschwierigkeiten in der Gesellschaft mitwirken kann – natürlich auch in der Arbeitswelt. Die dabei angestrebte Inklusion benennt einen Perspektivenwechsel: Während nämlich der Begriff Integration von einer Mehrheit ausgeht, die eine Minderheit aufnimmt, fußt Inklusion auf dem Gedanken, dass alle Menschen in ihrer Verschiedenheit gleiche Rechte haben. Ein Nationaler Aktionsplan zur Umsetzung der UN-BRK wurde 2011 von der Bundesregierung beschlossen. Auch die Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung unterstützt mit einem eigenen Aktionsplan die größtmögliche Teilhabe behinderter Menschen.

[www.dguv.de](http://www.dguv.de)

© Webcode: d133311

## Barrierefreiheit macht Inklusion erst möglich

**Menschen mit Behinderung sollen dieselben Möglichkeiten zur Teilhabe an allen gesellschaftlichen Prozessen haben wie gesunde Personen, das verlangen nicht nur internationale Regelungen wie die auch in Deutschland geltende UN-Konvention über die Rechte von Menschen mit Behinderungen (UN-BRK), das ist zum Glück auch weitgehender Konsens in unserer Gesellschaft. Barrierefreiheit ist die wichtigste Voraussetzung für eine solche umfassende Teilhabe oder Inklusion.**

Barrierefreiheit bedeutet, dass alle wichtigen Lebensbereiche für alle Menschen auffindbar, zugänglich und nutzbar sind. Gerade Menschen mit Behinderung sollen etwa kulturelle Angebote, Freizeitanlagen, Verkehrseinrichtungen oder Gebäude soweit wie möglich ohne besondere Erschwernis und ohne fremde Hilfe nutzen können. Zur Barrierefreiheit tragen etwa Schriftstücke in Blindenschrift oder sogenannter leichter Sprache, Hörbücher oder eine barrierefreie

Gestaltung von Transporteinrichtungen und Gebäuden bei.

Natürlich gilt die Forderung nach Barrierefreiheit auch im Berufsleben. Die Arbeitsstättenverordnung legt fest, dass ein Arbeitgeber, der Menschen mit Behinderung beschäftigt, Arbeitsstätten so einrichten und betreiben muss, „dass die besonderen Belange dieser Beschäftigten im Hinblick auf Sicherheit und Gesundheitsschutz berücksichtigt werden. Dies gilt insbesondere für die barrierefreie Gestaltung von Arbeitsplätzen sowie von zugehörigen Türen, Verkehrswegen, Fluchtwegen, Notausgängen, Treppen, Orientierungssystemen, Waschgelegenheiten und Toilettenräumen“. Details legt die ASR V3a.2 „Barrierefreie Gestaltung von Arbeitsstätten“ fest.

[www.baua.de](http://www.baua.de)

© Themen von A-Z © Arbeitsstätten © Tagungen und Workshops © Fachveranstaltung „Arbeitsstätten – Gestaltung einer sich verändernden Arbeitswelt“ am 13.05.2013 / Dokumentation © Thomas Rüschemschmidt: Barrierefreie Gestaltung von Arbeitsstätten



## Denk an mich. Dein Rücken Übungen für den Alltag

**Sieben von zehn Menschen in Deutschland hatten in ihrem Leben schon einmal Rückenbeschwerden, das ergab eine Umfrage im Auftrag der Präventionskampagne „Denk an mich. Dein Rücken“.**

Zwar können Rückenschmerzen unterschiedliche Ursachen haben, doch beugen schon einfache Übungen, die sich auch zwischendurch am Schreibtisch machen lassen, Beschwerden und Erkrankungen des Muskel-Skelett-Apparates vor.

Dr. Ulrike Hoehne-Hückstädt, Expertin im Fachbereich Ergonomie des Instituts für

Arbeitsschutz der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (IFA) empfiehlt, solche Übungen als kleines Ritual in den Arbeitsalltag zu integrieren. Schon zehn Minuten Ausgleichsübungen täglich mit lockeren Kreisbewegungen der Schultern oder Dehnung der Nackenmuskulatur helfen. Zusätzlich sollte man prüfen, ob Arbeitsmittel wie Bürostuhl, Arbeitstisch und Computer ergonomisch eingestellt sind.

[www.deinruecken.de](http://www.deinruecken.de)

© Webcode: dam10810 © Broschüre „Informationen für Beschäftigte“  
© Suche „Ausgleichsübungen“

## Gewalt gegen Rettungs- und Pflegekräfte kann man vorbeugen

**Auch wer Menschen rettet oder pflegt, ist vor Bedrohungen, Belästigungen, Beleidigungen und Übergriffen nicht gefeit. Allein im Jahr 2011 gab es in der gesamten Bundesrepublik 602 meldepflichtige Arbeitsunfälle durch Gewalt, Angriff oder Bedrohung durch betriebsfremde Personen.**

Wer als Rettungssanitäter, Polizist, Krankenpfleger, Feuerwehrmann, Notarzt, Schaffner, Bus- oder Taxifahrer mit vielen Menschen in Kontakt kommt, muss mit dem Risiko eines gewaltsamen Übergriffs leben. Nach einem solchen Ereignis leiden Betroffene häufig nicht nur körperlich, sondern sind auch psychisch beeinträchtigt. Betriebliche Arbeitsschutzmaßnahmen können das Risiko von Übergriffen

verringern. Schutzwände und Sicherheitsglas erschweren den Tätern den Zugang zum Arbeitsplatz. Zugangskontrollen verhindern die Mitnahme von Waffen oder gefährlichen Gegenständen. Notausgänge, gut erreichbare Fluchtwege und Notrufsysteme können bei Gefahr helfen.

Besonders wichtig aber sind Unterweisungen oder spezielle Qualifizierungsmaßnahmen, die dem Personal helfen, in Krisensituationen psychologisch geschickt, also deeskalierend, zu reagieren.

[www.bgw-online.de](http://www.bgw-online.de)

© Suche: Gewalt © viele Informationen

[www.dguv.de](http://www.dguv.de)

© Webcode: d159390 © Prävention kann Risiko eines Übergriffs verringern

## Kurzmeldungen

### Wenn Schäfchen zählen nicht mehr hilft

Knapp ein Viertel aller Bundesbürger schläft schlecht. Folgen haben Ein- und Durchschlafstörungen nicht nur für das Wohlbefinden, sondern auch für die Qualität der Arbeit, denn Schlafmangel kann zu Konzentrationsmängeln und Sekundenschlafattacken führen. Schlafforscher aber wissen, dass man Schlafen lernen kann.

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

© DGUV Arbeit & Gesundheit 5/6 von 2013  
© „Wenn Schäfchen zählen nicht mehr hilft“

### Vergiftungen durch Quecksilber

Quecksilber und Quecksilberverbindungen sind giftig. Man unterscheidet

1. metallisches Quecksilber,
2. Quecksilbersalze,
3. organische Quecksilberverbindungen  
z. B. Dimethylquecksilber.

Metallisches Quecksilber ist giftig. Es verdampft langsam und die Dämpfe werden über die Lunge gut resorbiert. Eine erste Maßnahme zum Gesundheitsschutz bei Freiwerden von Quecksilber (z. B. durch zerbrochene Thermometer) ist auf jeden Fall gründliches Lüften. Eine orale Einnahme von elementarem Quecksilber, beispielsweise über kontaminierte Kleidung und Lebensmittel ist ebenfalls gefährlich, hier liegt der Resorptionsgrad aber unter 0,1%. Quecksilbersalze können im Körper über den Verdauungstrakt wesentlich besser mit einer Rate von 7–15% in Abhängigkeit von ihrer Löslichkeit aufgenommen werden und können dadurch hoch giftig wirken. Organische Quecksilberverbindungen sind im Allgemeinen hochgiftige Verbindungen, die nur von fachkundigem Personal mit entsprechenden Schutzmaßnahmen gehandhabt werden dürfen. Die akute Toxizität von Quecksilber äußert sich z. B. in Schlaflosigkeit, Ruhelosigkeit, Übelkeit oder Durchfall. Symptome einer chronischen Quecksilbervergiftung sind z. B. erhöhter Speichelfluss, Zahnfleischentzündung, Tremor, Erregbarkeit, Persönlichkeitsänderung bis hin zum Tod.

[www.dguv.de](http://www.dguv.de)

© Webcode: d11892 © Gefahrstoffdatenbank „Gestis“

[www.wingis-online.de](http://www.wingis-online.de)

© Gefahrstoffinformationssystem „Wingis“

Serie: Gesund am Arbeitsplatz

# Was Normen für die Ermittlung psychischer Belastungen leisten

**Die Notwendigkeit, seelische Belastungen am Arbeitsplatz in die Gefährdungsbeurteilung einzubeziehen, gehört momentan zu den meistdiskutierten Themen. Welche Kriterien aber legen Arbeitsschützer bei der Bewertung an? Wie wird „gemessen“, ob eine psychische Gefährdung vorliegt?**

Moderner Arbeitsschutz bedeutet mehr als die bestmögliche Prävention von Unfällen oder Gesundheitsschäden, gefordert ist auch eine menschenwürdige Gestaltung der Arbeit. Die dreiteilige Norm DIN EN ISO 10075 „Ergonomische Grundlagen bezüglich psychischer Arbeitsbelastung“ gibt dafür Anhaltspunkte. Die Norm unterscheidet zwischen der psychischen Belastung (Einwirkung) und der psychischen Beanspruchung (Auswirkung) der Beschäftigten. Eine objektive Belastung führt nach diesem Erklärungsmodell zu einer individuellen Beanspruchung, deren Ausmaß wiederum von persönlichen Faktoren (Gesundheitszustand, Eigenschaften, Fähigkeiten und Bewältigungsstrategien) abhängt. Psychische Be-

lastungen sind also keine persönlichen „Mängel“ der Beschäftigten, sondern durch Arbeitsbedingungen verursacht. Folgerichtig gibt die Norm Empfehlungen zur Gestaltung von Arbeit, legt aber auch Standards und Gütekriterien für die Verfahren zur Messung von psychischer Belastung und Beanspruchung fest. Dazu gehören u. a. etwa Befragungen, Auswertung des Krankenstandes und der Fluktuation, aber auch Arbeitsplatzbeschreibungen sowie Befragungen oder Selbstchecks der Mitarbeiter.

## Psychische Erkrankungen als Berufskrankheit?

Psychische Erkrankungen sind womöglich die Volkskrankheiten des 21. Jahrhunderts und betreffen auch die Arbeitswelt, wie der stark gestiegene Anteil betrieblicher Fehltag belegt. Trotzdem bleibt es problematisch, aus einer gemessenen psychischen Belastung an einem bestimmten Arbeitsplatz direkte Schlüsse auf die Ursachen psychischer Beanspruchungen oder gar psychischer Erkrankungen einzelner Beschäftigter abzuleiten. Unter anderem deshalb können psychische Krankheiten bislang (noch) nicht als Berufskrankheit anerkannt werden.

## Impressum

**SiBe-Report** – Informationen für Sicherheitsbeauftragte Nr. 3/2013

Der **SiBe-Report** erscheint quartalsweise. Nachdruck oder Vervielfältigung nur mit Zustimmung der Redaktion und Quellenangabe.

Inhaber und Verleger: Unfallkasse Berlin

Verantwortlich: Michael Arendt

Redaktion: Sabine Kurz, freie Journalistin München; Kirsten Wasmuth, Leiterin Kommunikation, Tel. 0 30/76 24-11 30

Redaktionsbeirat: Michael Arendt, Leiter Prävention; Dagmar Elsholz, Referatsleiterin Prävention

Anschrift: Unfallkasse Berlin, Culemeyerstraße 2, 12277 Berlin, Tel. 0 30/76 24-0, Fax 0 30/76 24-11 09,

[www.unfallkasse-berlin.de](http://www.unfallkasse-berlin.de)

Bildnachweis: DGUV, fotolia.de

Gestaltung und Druck: Mediengruppe Universal, München

Ihr Draht zur SiBe-Redaktion:

[SiBe@unfallkasse-berlin.de](mailto:SiBe@unfallkasse-berlin.de)

[www.baua.de](http://www.baua.de)

© Themen von A-Z © Psychische Belastung / Stress © Psychische Belastung und Beanspruchung im Berufsleben © Häufig gestellte Fragen (FAQ) © DIN Norm EN ISO 10075

[www.baua.de](http://www.baua.de)

© Publikationen © baua aktuell 2/2012 – Psychische Belastung – was tun?

[www.kan.de](http://www.kan.de)

© Publikationen © KANBrief

© KANBrief 1/2001: Schwerpunktthema „Psychische Belastungen“

© KANBrief 1/2011: Schwerpunktthema „Ergonomie“, DIN-Workshop berät Normen zur psychischen Belastung und Beanspruchung

[www.kan.de](http://www.kan.de)

© Suche „Friedhelm Nachreiner“ © Fachbeiträge: Normung im Bereich der psychischen Belastung – die Normen der Reihe DIN EN ISO 10075 (DIN-Mitteilungen 81.2002, Nr. 8, S. 519 bis 533; Veröffentlichung mit freundlicher Genehmigung des DIN)

## Kurzmeldungen

### Maschinensicherheit: Manipulationsanreiz verringern ist das A und O

Rund 37 % aller Schutzeinrichtungen an Maschinen sind vorübergehend oder ständig manipuliert – diese alarmierende Zahl ergab eine Auswertung einschlägiger Studien durch die Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV). Von Manipulation betroffen sind nicht nur veraltete Maschinen, sondern auch Maschinen neueren Baujahrs. Einen Lösungsansatz sieht Ralf Apfeld von der DGUV darin, die Bedürfnisse der Benutzer schon bei der Konstruktion stärker zu berücksichtigen und so den Anreiz zur Manipulation zu verringern.

[www.kan.de](http://www.kan.de)

© Publikationen © KANBrief © KANBrief 04/2012 © Beitrag „Maschinensicherheit: Manipulationsanreiz verringern ist das A und O“

### Erwerbstätige wollen fit bleiben – Jeder sechste radelt zur Arbeit

Schon jeder sechste Erwerbstätige kommt zumindest in der warmen Jahreszeit mit dem Fahrrad zur Arbeit, um ein kleines tägliches Fitnessprogramm zu absolvieren. Die 13. Auflage der Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ will in den Sommermonaten Juni bis August noch mehr Berufstätige motivieren, etwas für die Gesundheit zu tun und gleichzeitig die Umwelt zu entlasten.

[www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de](http://www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de)

### Gesundheit im Unternehmen – Eigenverantwortung der Beschäftigten stärken

Die Arbeitsgruppe Betriebliche Gesundheitsförderung beim Bundesministerium für Arbeit und Soziales (BMAS) hat Empfehlungen zur Gesundheitsförderung im Betrieb entwickelt und in einer Broschüre zusammengefasst. Die „Empfehlungen für eine neue Kultur der Gesundheit im Unternehmen“ betreffen u. a. die Bereiche betriebliche Gesundheitsförderung, gesundheitsfördernde Arbeitsbedingungen sowie Förderung der Eigenverantwortung der Beschäftigten für ihre Gesundheit.

[www.bmas.de](http://www.bmas.de)

© Service © Publikationen © Art.-Nr.: A860 © Broschüre „Empfehlungen für eine neue Kultur der Gesundheit im Unternehmen“