



Schritt 1 – Arbeitsbereiche identifizieren

- ▷ Welche Arbeitsplätze sind Sonneneinstrahlung ausgesetzt? (Büro mit großen Fensterflächen, Produktion, Baustelle, Fahrzeugführer, Außendienst)
- ▷ Gibt es Wärmelasten durch Maschinen, Öfen oder Prozesswärme?
- ▷ Besteht eine regelmäßige Tätigkeit im Freien mit relevanter UV-Exposition?

Schritt 2 – Gefährdungen bewerten

- ▷ Werden die Temperaturschwellen der ASR A3.5 (26 °C / 30 °C / 35 °C) regelmäßig überschritten?
- ▷ Besteht eine regelmäßige Tätigkeit im Freien mit relevanter UV-Exposition?
- ▷ Sind Außenarbeitsplätze von Hitzewellen oder erhöhter Wärmebelastung betroffen?
- ▷ Gibt es Risikogruppen im Betrieb? (Schwangere, Ältere, Vorerkrankungen)

**Symptome erkennen,
das muss jede Führungskraft wissen!**

Schritt 3 – Maßnahmen ableiten und dokumentieren (STOP)

- ▷ Technische Maßnahmen: Beschattung, Klimatisierung, Sonnensegel
- ▷ Organisatorische Maßnahmen: Arbeitszeitanpassung, Pausen, Rotation
- ▷ Personenbezogene Maßnahmen: UV-Schutzkleidung, geeignete Kopfbedeckung, Sonnenschutzbrille sowie ergänzend Sonnenschutzmittel.
- ▷ Bereitstellung von Trinkwasser

Schritt 4 – Unterweisungen

- ▷ Unterweisungen zu Hitzeschutz und UV-Schutz dokumentiert?
- ▷ Mitarbeitende über Symptome von Hitzekrampf, Hitzeerschöpfung und Hitzschlag informiert?
- ▷ Erste-Hilfe-Maßnahmen bei Hitzefällen bekannt?

Schritt 5 – Arbeitsmedizinische Vorsorge

- ▷ Angebotsvorsorge nach AMR 13.3 für Außenbeschäftigte mit ≥ 1 Stunde UV-Exposition organisiert?
- ▷ Kooperation mit Betriebsarzt oder arbeitsmedizinischem Dienst aktiv?

Symptom	Mögliche Ursache	Sofortmaßnahme
Starkes Schwitzen, Schwäche, Schwindel	Hitzeerschöpfung	Kühlen Ort aufsuchen, Trinken, Notruf bei Verschlechterung
Heiße, trockene Haut, Bewusstlosigkeit	Hitzschlag	Notruf 112 , sofortige Kühlung
Krämpfe in Beinen/Armen	Hitzekrämpfe	Pause, Elektrolytausgleich
Rötungen, Schmerzen nach Sonnenexposition	Sonnenbrand	Kühlen, Arztvorstellung

