

Kassel, den 28. Juni 2023

Mit sommerlich-leichter Kleidung länger gesund arbeiten

Prima Klima bei der Arbeit

In der Grünen Branche arbeiten Menschen häufig bei brütender Hitze, sprich bei Temperaturen von 30 Grad und mehr, im Freien. Die Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau (SVLFG) informiert darüber, welche Kleidung dabei hilft, heiße Arbeitstage unbeschadet zu überstehen.

Schwitzen ist wichtig. Durch das Schwitzen wird die Hitze vom Körper abtransportiert und der Temperaturhaushalt reguliert. Diese körpereigene Klimaanlage kostet jedoch Kraft und Energie, die bei der Arbeit fehlt. Arbeitskleidung sollte an heißen Tagen nicht zu einer zusätzlichen Gesundheitsbelastung werden. Leichte, luftige, atmungsaktive Stoffe helfen dabei, während der Arbeit nicht zu überhitzen. Die SVLFG empfiehlt in den Sommermonaten:

- lange Arbeitshosen aus leichten, schnelltrocknenden Funktionsmaterialien. Üblicher Weise wiegen Arbeitshosen um die 798 g/m². Leichtere Modelle wiegen nur um die 205 g/m². Arbeitshosen mit Ventilationsöffnungen, etwa in den Kniekehlen oder im Oberschenkelbereich, sorgen für einen optimalen Temperatureausgleich.
- langärmelige Shirts oder Hemden aus atmungsaktiven, schweißreduzierenden Materialien mit Belüftungssystemen. In die Kleidung integrierte Lüftungsschlitze, zum Beispiel im Achsel- und im Rückenbereich, sorgen für eine gute Luftzirkulation zwischen Stoff und Haut.
- leichte Sicherheitsschuhe mit atmungsaktivem Textilfutter. Trotz steigender Temperaturen dürfen schützende Sicherheitsschuhe nicht fehlen. Der Schuh sollte eine Membran enthalten, die den Schweiß in Form von Wasserdampf nach außen gut ableitet. Deutlich leichter sind S3-Sicherheitsschuhe mit einer Zehenschutzkappe aus Kunststoff oder Aluminium und einer durchtrittsicheren Zwischensohle aus Kunstfasern anstelle von schweren Stahlzwischensohlen.
- das Gewicht mitzuführender Arbeitsmaterialien und Werkzeuge nach Möglichkeit zu reduzieren.
- Kühlfunktionskleidung – sie funktioniert wie eine „Klimaanlage zum Anziehen“. Dazu wird das Kleidungsstück in Wasser getaucht und ausgedrückt. Eine dreidimensionale Faser



speichert das Wasser und gibt es langsam in die Umgebungsluft ab. Die Verdunstungskälte schützt den Körper stundenlang vor Überhitzung. Wer in der Hitze arbeitet, bleibt dadurch konzentrierter und leistungsfähiger. Das Unfallrisiko sinkt.

Unterweisungshilfen anfordern

Zur Vereinfachung der Unterweisung hält die SVLFG für ihre versicherten Betriebe mit Beschäftigten eine kostenfreie Infobox zum UV- und Hitzeschutz vor. Neben informativen Plakaten finden sich in der Box Unterweisungs- sowie Handlungshilfen zur Gefährdungsbeurteilung. Die Box kann bestellt werden unter www.svlfg.de/infobox-hitze-sonnenschutz.

SVLFG auf der BUGA in Mannheim

Unter dem Motto „Lass dich nicht verbrennen“ präsentiert sich die SVLFG auf der diesjährigen Bundesgartenschau (BUGA) in Mannheim. Präventionsfachleute beraten dort am 16. Juli sowie am 14. und 15. September zum UV- und Hitzeschutz. Darüber hinaus ist die SVLFG ständig mit einer interaktiven Dauerausstellung vor Ort. Informationen dazu unter www.svlfg.de/buga.

Ina Siebeneich
SVLFG

Bildunterschriften:

Foto Hitze- und UV-Schutz

Hitze- und UV-Schutz gehen in der heißen Jahreszeit Hand in Hand. Arbeitskleidung muss funktionell, leicht und bequem sein sowie einen guten Schutz vor natürlicher UV-Strahlung bieten. Regelmäßige Trinkpausen beugen der Dehydrierung des Körpers vor.

Foto dünne elastische Hose

Arbeitskleidung aus leichten, elastischen Materialien beugen Hitzestau vor.

Fotos Lüftung Oberschenkel / Kniekehle

Ventilationsöffnungen, etwa in den Kniekehlen oder im Oberschenkelbereich von Hosen oder im Rückenbereich von Hemden, sorgen für einen Temperaturengleich.

Foto Kühlfunktionskleidung

Kühlkleidung wirkt für viele Stunden wie eine „Klimaanlage zum Anziehen“.

Fotos: SVLFG

