

Unfallkasse München Report

INHALTSVERZEICHNIS AUSGABE 2 / 2008

Der Arbeitsschutzausschuss	1	Rückenfit mit RückenCheck	2	Neue TRBS 2131	
Arbeitshilfe für den Hausmeister	1	Schimmel – Gefahr für Beschäftigte in Archiven	3	„Elektrische Gefährdungen“	4
Hautschutz in der Alten- und Krankenpflege	2	Gefahr für die Venen	3	Essen, Bewegung und	
		Vibrationen	4	Lebensmittelsicherheit	4
				Impressum	4

Praxisnah und effizient: Der Arbeitsschutzausschuss

Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz von Beschäftigten haben in Deutschland einen hohen Stellenwert und ein hohes Niveau. Unfälle und berufsbedingte Erkrankungen belegen allerdings auch, dass selbst gute Präventionskonzepte sich noch verbessern lassen. Der Gesetzgeber sieht deshalb für Verwaltungen und Betriebe mit mehr als 20 Beschäftigten die Gründung eines Arbeitsschutzausschusses (ASA) vor.

Damit vor Ort alles „rund“ läuft

Grundsätzlich ist in Deutschland der Arbeitgeber für das Arbeits- und Gesundheitsschutzkonzept verantwortlich, die ASA-Arbeit hat deshalb zunächst eine ergänzende und beratende Funktion. Weil im Arbeitsschutzausschuss aber alle Fragen des Arbeits- und Gesundheitsschutzes beraten werden, kann der ASA entscheidend dazu beitragen, dass das Sicherheitskonzept optimal an die spezifischen Arbeitsbedingungen angepasst wird – und damit in der Praxis auch wirklich funktioniert.

Dem ASA gehören neben dem Arbeitgeber oder dessen Beauftragten der Betriebsarzt, die Fachkräfte für Arbeitssicherheit, zwei Mitglieder des Personalrates und in der Regel die Sicherheitsbeauftragten bzw. ausgewählte Vertreter der Sicherheitsbeauftragten an. Gegebenenfalls können weitere Mitglieder wie Schwerbehindertenvertretung, Jugendvertretung und spezielle Fachleute, z. B. EDV-Vertreter, Suchtbeauftragte oder externe Berater hinzugezogen werden. Das Arbeitssicherheits-



gesetz schreibt vor, dass der ASA mindestens viermal im Jahr zusammentritt.

Erfolgreiche ASA-Arbeit

Die ehemalige Berufsgenossenschaftliche Zentrale für Sicherheit und Gesundheit (BGZ) – jetzt Geschäftsbereich Prävention der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung DGUV – hat einen Bericht „Analyse der Arbeit im Arbeitsschutzausschuss“ erarbeitet, der u. a. positive Beispiele der ASA-Arbeit für unterschiedliche Unternehmensgrößen erläutert. So haben die Befragungen der BGZ ergeben, dass der Nutzen der ASA-Arbeit für Beschäftigte in kleineren Betrieben vor allem in konkreten Verbesserungen in der Organisation des Arbeits- und Gesundheitsschutzes liegt. Beschäftigte in größeren Unternehmen dagegen sehen Vorteile eher in der besseren Kommunikation von Arbeitsschutzproblemen und in der dadurch erhöhten Motivation.

Wie offen und direkt im ASA kommuniziert werden kann, ist tatsächlich ein Schlüsselfaktor für die erfolgreiche Arbeit. Beson-

ders effizient arbeitet ein ASA, der nicht mehr als 12 Teilnehmer hat. Eine weitere Erkenntnis: Je stärker Experten aus der Praxis in die Planung eingebunden sind, desto effektiver werden Regeln und Konzepte später umgesetzt.

Sicherheitsbeauftragte sind Experten vor Ort. Sie können viel

dazu beitragen, Planungen mit der Realität in Einklang zu bringen. Werden z. B. innerbetriebliche Verkehrswege regelmäßig verstellt, kann der SiBe klarmachen, dass kein noch so ausgefeiltes Informationsprogramm diesen Mangel wird abstellen können, solange größere Lagerflächen fehlen.

Auch die BGZ resümiert: Die Möglichkeit, im Arbeitsschutzausschuss unterschiedliche Sichtweisen offen zu besprechen, kann entscheidend zur Verbesserung des jeweiligen Arbeitssicherheits- und Gesundheitsschutzkonzeptes beitragen – wenn alle Beteiligten diese Chance nutzen.

www.hvbg.de/d/bgz/praeavaus/org/themen/asa/asa_bericht.pdf

Analyse der Arbeit im Arbeitsschutzausschuss

ARBEITSHILFE FÜR DEN HAUSMEISTER

„Wie ich mir mein Hausmeisterleben erleichtern kann“ – unter diesem Motto hat die Verwaltungs-Berufsgenossenschaft eine praxisorientierte Hilfe für sicheres, gesundes und erfolgreiches

Arbeiten zusammengestellt. Die Broschüre gibt u. a. Tipps zum Umgang mit Arbeitsmitteln wie Leitern, Handwerk-



zeugen, Handmaschinen und Maschinen und berät außerdem, wie Gartengeräte korrekt eingesetzt werden. Auch zu den Themen Materiallagerung, Prüfung und Instandhaltung sowie zur Sicherheitskennzeichnung erfährt der Hausmeister viel Nützliches.

www.vbg.de

Menü: Downloads und Medien, „Hausmeister“

oder direkt:

www.vbg.de/imperia/md/content/produkte/broschueren/infomap_hausmeister.pdf

Hautschutz in der Alten- und Krankenpflege

Arbeit in der Alten- und Krankenpflege geht oft im wörtlichen Sinn „unter die Haut“, egal ob Profis am Werk sind oder pflegende Angehörige. Belastend ist besonders die ständige Feuchtarbeit; diese schädigt die Haut oft so vor, dass sich Ekzeme oder Allergien entwickeln. Auch Gefahrstoffe oder Infektionserreger können in vorgeschädigte Haut, deren Säureschutzmantel beeinträchtigt ist, leichter eindringen als in gesunde.

Besonders häufig werden Pflegepersonen von so genannten Abnutzungsdermatosen der Hände geplagt. Trockene, schuppige Stellen und Rötungen sind die ersten Warnzeichen dafür. Im schlimmsten Fall entwickeln sich langwierige Entzündungen und Allergien, die Betroffene zur Berufsaufgabe zwingen.

Eine Studie der Unfallkasse des Bundes ergab jetzt, dass zwar fast die Hälfte der Befragten Bläschen, Juckreiz oder andere Symptome an den Händen hatte, jedoch keinen Zusammenhang mit dem Beruf sah. Lediglich 15 Prozent der Beschäftigten wurden zum Hautschutz geschult. Deshalb nutzen zwar 80 Prozent der Mitarbeiter Schutzhandschuhe, aber nur 55 Prozent Hautschutzcreme und 43 Prozent Hautpflegemittel – die ebenso wichtig sind.

Vorbeugen mit System: der Hautschutzplan

Ein konsequenter Hautschutzplan kann zur Prävention chronischer Hauterkrankungen beitragen. Er sollte folgende möglichst konkrete Angaben enthalten:

Tätigkeiten und Arbeitsstoffe, die zu Hautproblemen führen können

- ▶ Waschen oder Baden von Pflegebedürftigen (ggf. Produktnamen)
- ▶ Eincremen mit äußerlich anzuwendenden Medikamenten (ggf. Produktnamen)
- ▶ Reinigen und Desinfizieren von Gegenständen bzw. Flächen für



die Pflege (ggf. Produktnamen der verwendeten Mittel)

- ▶ häufiges Händewaschen

Liste der Tätigkeiten, bei denen Schutzhandschuhe getragen werden sollten (Einmalhandschuhe für Hygienearbeiten, gefütterte Haushaltshandschuhe für Putzarbeiten)

- ▶ Waschen des Pflegebedürftigen
- ▶ Desinfizieren von Gegenständen und Flächen
- ▶ Einreiben des Pflegebedürftigen mit Salben oder anderen äußerlich anzuwendenden Medikamenten

Liste der Produkte, die zum Schutz der Haut verwendet werden sollten

- ▶ Produktname der Einmalhandschuhe für das Waschen und Eincremen von Pflegebedürftigen
- ▶ Produktname der Handschuhe für Putzarbeiten (gefütterte Haushaltshandschuhe)
- ▶ Produktname des Hautschutzmittels
- ▶ Produktname des Hautreinigungsmittels
- ▶ Produktname des Hautpflegemittels
- ▶ Produktname des Mittels zur Hautdesinfektion

Erläuterungen zur Anwendung des Hautschutzplans

- ▶ Hautreinigung: bei Arbeitsbeginn und -ende sowie bei sichtbaren Verschmutzungen
- ▶ Hautdesinfektion: zwischen

verschiedenen Arbeitsgängen, um Krankheitserreger sicher abzutöten, nach Toilettenbesuch, nach Kontakt mit Blut, Exkrementen etc.

- ▶ Hautschutz: vor Haut belastenden Tätigkeiten und nach dem Händewaschen auftragen
- ▶ Hautpflege: in den Arbeitspausen, nach Arbeitsende und in der Freizeit auftragen

Beschreibung möglicher Hautveränderungen und Verhaltensregeln, falls diese auftreten

Besonders häufig treten berufsbedingt Ekzeme an den Händen auf, das sind nicht infektiöse und nicht ansteckende Entzündungen. Wer Hautveränderungen wie Rötung, Schuppung, Risse, Knötchen oder Jucken beobachtet, sollte einen Hautarzt aufsuchen. Nur der Experte kann die richtige Diagnose stellen und das weitere Vorgehen bestimmen.

▶ www.unfallkasse-berlin.de/content/artikel/704.html

Broschüre „Wenn häusliche Pflege die Haut angreift“

▶ www.2m2-haut.de

Informationen der Hautschutzkampagne

▶ www.hvbg.de/d/fa_psa/sach/haut

Website des Sachgebietes 12 „Hautschutz“ der BGZ

▶ www.uk-bund.de/downloads/Befragung_Kampagne_Haut_UK_Bund.pdf

Ergebnisse einer Befragung der Unfallkasse des Bundes

RÜCKENFIT MIT RÜCKENCHECK

„RückenCheck im Betrieb“ heißt eine Gemeinschaftsaktion von Unfallkasse Post und Telekom, Deutsche BKK, Deutsche Post World Net und Deutsche Telekom AG. Mit einem Internet-Fragebogen lässt sich das individuelle Risiko für Rückenbeschwerden ermitteln – damit man rechtzeitig etwas dagegen tun kann.

Bewegung ist für die rund 17 Millionen deutschen Büroangestellten die Ausnahme, die etwa 80 Prozent ihrer Arbeitszeit sitzend verbringen. Chronische Verspannungen und Rückenschmerzen sind oft die Folge. Mit dem RückenCheck können Beschäftigte wie Betriebsärzte das persönliche Rückenschmerzrisiko gezielter einschätzen, um die Rückengesundheit langfristig zu stärken. Dabei hilft unter anderem die Rückenschule.

nische Verspannungen und Rückenschmerzen sind oft die Folge. Mit dem RückenCheck können Beschäftigte wie Betriebsärzte das persönliche Rückenschmerzrisiko gezielter einschätzen, um die Rückengesundheit langfristig zu stärken. Dabei hilft unter anderem die Rückenschule.

▶ www.bkk-rueckenfit.de

Portal zur Kampagne

▶ www.ukpt.de/pages/dateien/dbkk_rueckenschule.pdf

Broschüre zum Download



Quelle: UK Post und Telekom

SCHIMMEL – GEFAHR FÜR BESCHÄFTIGTE IN ARCHIVEN UND BIBLIOTHEKEN

In der Natur leisten Schimmelpilze Wichtiges – sie zersetzen organisches Material in seine Bestandteile. In Bibliotheken und Archiven, aber auch an anderen Arbeitsplätzen dagegen sind Schimmelpilze schädlich, denn sie zerstören Bestände und gefährden die Gesundheit von Beschäftigten und Benutzern.

Bücher und andere Schriftstücke enthalten verschiedene organische Substanzen. Cellulose im Papier, Collagen im Pergament oder Stärke im Kleber wird von Schimmelpilzen gern als Nährmedium genutzt. Man nimmt an, dass etwa 200 verschiedene Arten von Schimmelpilzen auf Bibliotheksmaterial wachsen.

Krank durch Schimmelpilze

Grundsätzlich können Pilze beim Menschen drei Gruppen von Erkrankungen hervorrufen:

- ▶ Infektiöse Erkrankungen – Mykosen
- ▶ Überempfindlichkeiten gegen Pilzinhaltstoffe – Mykoallergosen
- ▶ Vergiftungen durch Stoffwechselprodukte – Mykotoxikosen und Myzetismen.

Am häufigsten ist die Mykoallergose, eine allergische Reaktion auf Schimmelpilzsporen. Dieser kann man – im Gegensatz etwa zu Pollenallergien – durch eine Verringerung der Sporenkonzentration vorbeugen.

Grundsätzlich sind Personen, die ein geschwächtes Immunsystem haben, besonders anfällig für Mykoallergosen. Allerdings spielt die berufliche Exposition wohl doch eine Rolle, denn eine Studie in nordrhein-westfälischen Archiven hat ergeben, dass bei 32 % der Archivmitarbeiter der Verdacht auf

Schimmelpilzsensibilisierung gegenüber nur 10–15 % Gefährdeten in der Gesamtbevölkerung besteht.

Arbeitsschutzmaßnahmen in Bibliotheken und Archiven

Alle Maßnahmen und die Unterweisung der Mitarbeiter können die Gefahren beim Umgang mit schimmelpilzbefallenem Bibliotheksmaterial zwar minimieren, aber nicht ausschalten. Die Gefahr eines Gesundheitsschadens durch luftgetragene Mykotoxine schätzen Experten für Bibliotheks- und Archivmitarbeiter gering ein. Experten empfehlen:

- ▶ Keine Dauerarbeitsplätze im Magazinbereich.
- ▶ Archivalien / Bücher nicht unnötig bewegen.
- ▶ Kein Verzehr von Lebensmitteln, kein Auftragen von Kosmetika und kein Anfeuchten der Finger zum Umläutern.

- ▶ Neuzugänge und Archivmaterial regelmäßig auf Schimmelpilzbefall untersuchen.
- ▶ Kontaminierte Bestände separieren.
- ▶ Oberflächenreinigungen nur unter Absaugvorrichtungen.
- ▶ Beim Umgang mit kontaminiertem Material Schutzausrüstung tragen.
- ▶ Staubbelastung minimieren.
- ▶ Filter von Klimaanlage regelmäßig wechseln.

www.ukh.de/fileadmin/user_upload/dokumente/Band11.pdf

Broschüre: Bibliotheken und Archive: (K)ein Platz für Schimmelpilze

www.rguvv.de/fileadmin/download/medien/Gefahrung_in_Archiven.pdf

„Beurteilung von Gefährdungen und Belastungen in Archiven.“

Gefahr für die Venen – Steh- und Sitzberufe

Venöse Durchblutungsstörungen sind Zivilisationskrankheiten, die durch die zahlreichen Steh- und Sitzberufe der modernen Industriegesellschaft begünstigt werden. Jeder dritte Erwachsene, so warnen Experten, ist von venösen Beinbeschwerden bedroht.

Vor allem Beschäftigte, die viel im Büro sitzen oder in Verkauf oder Produktion den ganzen Tag auf den Beinen sein müssen, leiden nach einem langen Arbeitstag unter heißen, schmerzenden Beinen. Solche Beschwerden können auf eine beginnende venöse Durchblutungsstörung hindeuten.

So entstehen Venenerkrankungen

Die Beinvenen müssen das Blut gegen die Schwerkraft zum Herzen befördern. Bewegt man sich zu wenig, nimmt die Muskelmasse ab, und die Venen können nicht mehr genug Druck ausüben, um das Blut zügig zu transportieren. Angeborene Bindegewebschwäche kann dieses

Problem noch verstärken. Das Resultat: Der Blutrückstrom aus den Venen wird so verlangsamt, dass das Blut sich stauen kann. Dadurch weiten sich die Venen, und die Venenklappen lassen sich nicht mehr vollständig schließen – Krampfadern oder sogar lebensgefährliche Thrombosen können entstehen.

Beschäftigte in Stehberufen sind besonders betroffen. Weitere Risikofaktoren für Venenerkrankungen sind langes Sitzen, Übergewicht, Wärmebelastung, enge Schuhe und hohe Absätze sowie das Tragen schwerer Lasten.

So beugen Sie Venenleiden vor

Ausgleichsübungen am Arbeitsplatz, aber auch vernünftiges Verhalten im Privatleben können viel zur Prävention von Venenerkrankungen beitragen. Bewegung fördert eine optimale Durchblutung der Beine, deshalb ist regelmäßiger Ausgleichssport (Schwimmen, Radfahren, Walken oder Golfen) sinnvoll. Ein wenig aus der Mode ge-

kommen, aber gesund, sind kalte Kneippsche Güsse.

Bei langem Stehen wirkt sich schon ein häufiger Wechsel der Körperhaltung positiv aus. Beim Sitzen sollte man die Beine nicht über einen längeren Zeitraum übereinander schlagen oder die Unterschenkel unter den Stuhl ziehen.

Venentraining für zwischendurch

Experten empfehlen, mehrmals täglich Venenübungen in den Arbeitsalltag einzubauen. Jeweils zehn Wiederholungen reichen dabei aus. Wenn möglich, sollte man in den Pausen die Beine einfach mal hochlegen, um Venen und Wirbelsäule zu entlasten.

Bitte beachten Sie: Wurde bereits eine Venenerkrankung diagnostiziert, sollte man jedes Training ausschließlich in Absprache mit dem behandelnden Arzt durchführen!

Tipps fürs Venentraining:

- ▶ Setzen Sie sich auf einen Hocker oder einen Stuhl. Die Arme

hängen locker an der Seite. Stellen Sie beide Beine gleichzeitig auf die Zehenspitzen und zügig wieder auf die Fußsohlen. Diese Übung können Sie auch im Stehen durchführen.

- ▶ Sie setzen sich gerade auf einen Stuhl, spreizen die Beine etwa 20 cm auseinander und lassen die Füße erst nach innen, dann nach außen kreisen.
- ▶ Im Sitzen oder im Liegen können Sie die Waden abwechselnd strecken und anziehen. Ziehen Sie die Fußspitzen so weit wie möglich zum Schienbein und strecken Sie sie dann.

www.venenliga.de/aktuell/DVL_Venenfibel.pdf

Venen-Fibel der Deutschen Venen-Liga

www.inqa.de

Menü: Publikationen, Suchbegriff: „Stehend k.o.“, Broschüredownload „Wenn Arbeit durchgestanden werden muss“

Vibrationen – Gesundheitsgefahr am Arbeitsplatz

Seit vergangenem Jahr gilt die neue „Lärm- und Vibrations-Arbeitschutzverordnung“ (kurz: LärmVibrationsArbSchV). Darin ist festgelegt, dass Vibrationen am Entstehungsort unterbunden oder so weit wie möglich verringert werden müssen. Wie überall im Arbeitsschutz haben technische Maßnahmen Vorrang vor organisatorischen und personenbezogenen Maßnahmen.

Vibrationen machen krank

Als Vibrationen werden mechanische Schwingungen definiert, die bei dauerhafter Belastung die Gesundheit gefährden. Vibrationen können Durchblutungsstörungen, Knochen- und Gelenkschäden,

neurologische und Muskelerkrankungen, Rückenschmerzen und Schädigungen der Wirbelsäule auslösen.

Man unterscheidet zwei Formen der Belastung:

1. Ganzkörpervibrationen (GKV), bei denen der gesamte Körper Schwingungen ausgesetzt ist, und
2. Hand-Arm-Vibrationen (HAV), bei denen Schwingungen über die Hände auf den Körper einwirken.

Vibrationsarme Arbeitsmittel können die Belastung wirkungsvoll reduzieren. Außerdem sollte die Zeit, in der ein Beschäftigter

Vibrationen ausgesetzt ist, so kurz wie möglich gehalten werden.

Wie stark eine Belastung durch Vibrationen tatsächlich ist, hängt von diesen Faktoren ab:

- ▶ Stärke und Frequenz der Schwingungen
- ▶ Dauer und Richtung der Schwingungs-Einwirkung
- ▶ Gesundheitszustand des Beschäftigten
- ▶ zusätzliche Belastungen wie Lärm, Kälte, unergonomische Körperhaltung

Persönliche Schutzausrüstungen (PSA) bieten keinen echten Schutz

Persönliche Schutzausrüstungen gegen Vibrationsbelastungen können Schwingungen nur abmildern, ihre Entstehung aber natürlich nicht verhindern. Anti-Vibrations-Handgriffe können die Übertra-

gung von Schwingungen auf Hand und Arm reduzieren, vibrationsmindernde Sitze in Fahrzeugen die Schwingungsübertragung auf den Körper mindern.

▶ www.humanvibration.com/EU/EU_index.htm

▶ www.dguv.de/bgia/de/fac/vibration/index.html

Fachinformationen zur Vibrationsbelastung

▶ www.bg-metall.de/index.php?id=180

Fachausschuss MFS, Sachgebiet Vibrationen, u. a. Infoblatt

▶ <http://bb.osha.de/>

Rubrik: Neuigkeiten 18. 01. 2008: Arbeitshilfe „Verordnung zum Schutz der Beschäftigten vor Gefährdung durch Lärm und Vibrationen“.

NEUE TRBS 2131 „ELEKTRISCHE GEFÄHRDUNGEN“

Gefahren durch elektrischen Strom gibt es an jedem Arbeitsplatz. Eine neue Technische Regel zur Betriebssicherheit legt jetzt fest, wie diese abgewendet werden sollen.

Seit der Veröffentlichung am 12. 11. 2007 ist die neue Technische Regel für Betriebssicherheit TRBS 2131 „Elektrische Gefährdungen“ in Kraft. Sie enthält Hinweise zur Ermittlung und Bewertung von elektrischen Gefährdungen durch

- ▶ elektrischen Schlag

- ▶ Störlichtbogen
- ▶ elektrische, magnetische und elektromagnetische Felder und
- ▶ statische Elektrizität im Zusammenhang mit der Bereitstellung und Benutzung von Arbeitsmitteln sowie dem Betrieb überwachungsbedürftiger Anlagen

Außerdem gibt sie Beispiele, wie Beschäftigte oder Dritte vor Gefahren geschützt werden können.

▶ www.baua.de

Suchfunktion „TRBS 2131“

Essen, Bewegung und Lebensmittelsicherheit



Fundierte Informationen rund um die Themen Ernährung und Gesundheit, Essen außer Haus sowie Lebensmittelsicherheit und -hygiene findet man im neuen Ernährungsportal Nordrhein-Westfalen. Für den SiBe besonders interessant sind die Angebote für Kindertagesstätten und Schulen, die mit Beispielen aus der Praxis punkten. Zu allen Themen gibt es kompakte Einführungen, die zum Teil von Linklisten

für die weitere Recherche ergänzt werden. Das Portal – ein Gemeinschaftsprojekt von vier Trägern aus Nordrhein-Westfalen – informiert über ein breites Themenspektrum, zum Beispiel über Zusatzstoffe und Vitamine, über Lebensmittel – von der Currywurst bis zum grünen Tee – über das individuelle Wohlfühlgewicht und über Essstörungen.

▶ www.ernaehrungsportal.nrw.de

IMPRESSUM

SiBe-Report – Informationen für Sicherheitsbeauftragte Nr. 2/2008
Der **SiBe-Report** erscheint quartalsweise. Nachdruck oder Vervielfältigung nur mit Zustimmung der Redaktion und Quellenangabe.

Konzeption: Bayer. GUVV/UK Berlin

Inhaber und Verleger: Unfallkasse München

Verantwortlich: Wolfgang Grote

Redaktion: Sabine Kurz, freie Journalistin München; Barbara Kroetz

Redaktionsbeirat: Walter Schreiber

Anschrift: Unfallkasse München, Müllerstr. 3, 80469 München

Bildnachweis: DAK, UK Post und Telekom, KKH

Gestaltung und Druck: Mediengruppe Universal, München

▶ [Ihr Draht zur SiBe-Redaktion: info@ukmuenchen.de](mailto:info@ukmuenchen.de)