



## Hautgesund

So schützen Sie Ihre Haut vor schädlicher ultravioletter Strahlung (UV Strahlung)



## Gesundheitsgefährdung durch UV-Strahlung

**Wer sich häufig und ungeschützt in der Sonne aufhält, riskiert Hautkrebs!**

Seit Jahren steigt die Zahl der Hautkrebserkrankungen. Inzwischen ist Hautkrebs die häufigste Krebserkrankung in Deutschland. Wenn Sie häufig draußen arbeiten, sind Sie besonders gefährdet.

**Die ultraviolette Strahlung der Sonne führt zu akuten und dauerhaften Schädigungen der Haut:**

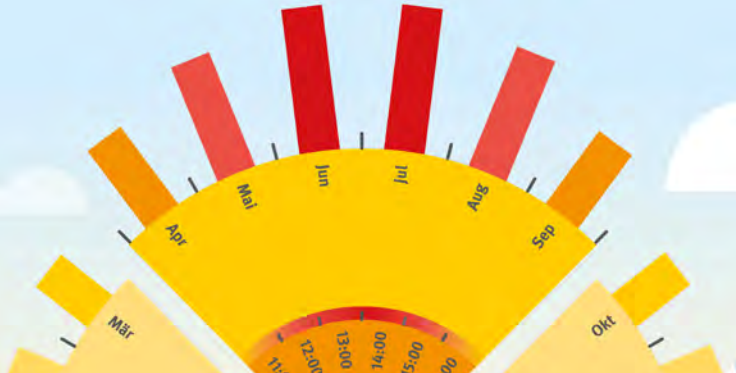
- Sonnenbrand
- Hautalterung
- Hautkrebs

**Sie kann zusätzlich die Augen schädigen.**

**So beugen Sie wirksam vor:**











- Arbeiten Sie bei Sonneneinstrahlung nie ohne Schutz!
- Arbeiten im Schatten reduziert die Belastung durch UV-Strahlung.
- Textilien schützen effektiver als UV-Schutzmittel.

**Wichtig:** Schäden der Hautzellen durch UV-Strahlung entstehen bereits vor einem Sonnenbrand.



## UV-Index

Der UV-Index beschreibt die Stärke der UV-Strahlung. Wer draußen arbeitet, braucht UV-Schutz von April bis September ab UV-Index 3.

UV-Index 1/2	UV-Index 3/4/5	UV-Index 6/7	UV-Index 8/9/10
schwach	mittel	hoch	sehr hoch
	 oder  	 und  	  und  

Besonders hoch ist die UV-Strahlung im Sommer, vor allem zwischen 11:00 Uhr und 16:00 Uhr (MESZ).

## Nutzen Sie die Beratungsangebote des AMD der BG BAU!

- Hautkrebs ist vermeidbar.
- Hautkrebs ist in den meisten Fällen heilbar – wenn er rechtzeitig erkannt wird.

**Deshalb:** Nutzen Sie unsere betriebsärztlichen Angebote zur UV-Vorsorge. Lassen Sie sich untersuchen und beraten!

**Weiterführende Hinweise:**  
[www.amd.bgbau.de](http://www.amd.bgbau.de)





## Arbeitsschutzprämien

**Förderung von Sonnen- und Hitzeschutzmaßnahmen bis zu 50 Prozent der Anschaffungskosten!**

Die BG BAU unterstützt Mitgliedsunternehmen, die ihre Beschäftigten vor solarer UV-Strahlung schützen möchten.

### Technische Schutzmaßnahmen

- Wetterschutzelte:  
Förderung bis zu 50 Prozent der Anschaffungskosten
- Arbeitsmittel zur Verschattung von Flächen (z. B. Faltpavillons, Sonnensegel):  
Förderung bis zu 30 Prozent der Anschaffungskosten

### Persönliche Schutzmaßnahmen

Förderung bis zu 50 Prozent der Anschaffungskosten für

- Funktionsshirts und Warnshirts mit UV-Schutz
- Kopfbedeckungen zum Abschatten des Kopf- und Nackenbereiches
- Schutzhelme mit Zubehör z. B. Nackenschutztücher
- Nackenschutztücher mit Stirnblende
- Sonnenbrillen

**Weitere Informationen:**  
[www.bgbau.de/uv-praemien](http://www.bgbau.de/uv-praemien)





## Ihr Schutz ab UV-Index 3: Kombinieren Sie verschiedene Maßnahmen

- Arbeitsplatz mit Sonnensegeln oder Überdachungen ausstatten
- Schatten suchen
- Starke Sonne meiden (vor allem zur Mittagszeit)
- Körper durch lange Kleidung schützen
- geeignete Kopfbedeckung tragen
- Ohren sowie Nacken schützen
- Sonnenbrille (DIN EN 166, DIN EN 172) mit Seitenschutz verwenden
- Unbedeckte Körperstellen reichlich mit UV-Schutzmittel (möglichst LSF 50) eincremen
- in der Freizeit auf Sonnenbäder und Solarium verzichten
- Arbeitsmedizinische Vorsorge\* wahrnehmen (Dazu gehört z. B. eine Untersuchung zur Früherkennung von beruflich bedingtem weißem Hautkrebs und seinen Vorstufen.)
- Hautärztliche Angebote zur Krebsfrüherkennung nutzen

**Arbeitsmedizinischer Dienst der BG BAU GmbH**  
im Auftrag der BG BAU

Hildegardstr. 29/30  
10715 Berlin

**Gut beraten, gut versorgt**

**\*Arbeitsmedizinische Vorsorge bieten die Zentren des AMD der BG BAU. Bei Fragen zur Beratung und Untersuchung nehmen Sie einfach Kontakt auf: [www.amd.bgbau.de](http://www.amd.bgbau.de).**

**Die Expertinnen und Experten der BG BAU beraten Sie unter der gebührenfreien Telefonnummer: 0800 8020100.**

Bildquellen:

Jan-Peter Schulz – BG BAU

Florian Perez xmedias

H.ZWEI.S Werbeagentur GmbH – BG BAU