



Klimawandel und Gesundheit

Mitarbeitende informieren und schützen

• Nikita Sabatino
Geschäftsbereich Prävention

• AOK Südlicher Oberrhein
Freiburg, 02.04.2025



Klimawandel und Gesundheit

Agenda

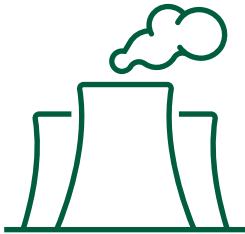


- 1 Auswirkungen des Klimawandels
- 2 Gesundheitliche Risiken durch den Klimawandel
- 3 Auswirkungen auf den Berufsalltag
- 4 Betriebliches Gesundheitsmanagement als Schlüssel
- 5 Maßnahmen zur Prävention und Gesundheitsförderung

Klimawandel und Gesundheit

Auswirkungen

Klimakrise



Indirekte Effekte

Direkte Effekte

Soziale Faktoren

Gesundheit

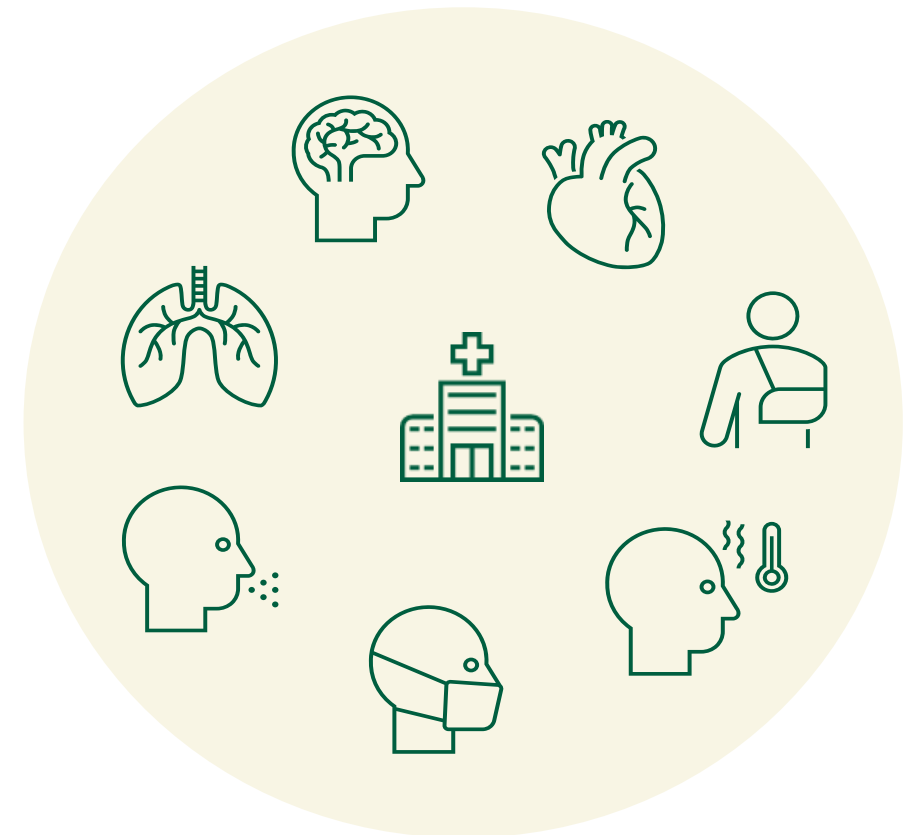


Klimawandel und Gesundheit

Allgemeine Auswirkungen auf die Gesundheit

Gesundheitliche Auswirkungen

- Allergien
- Infektionskrankheiten
- Mangelernährung
- Atemwegserkrankungen
- Unfälle und Verletzungen
- Psychische Gesundheit
- Herz-Kreislaufkrankungen
- Viruserkrankungen



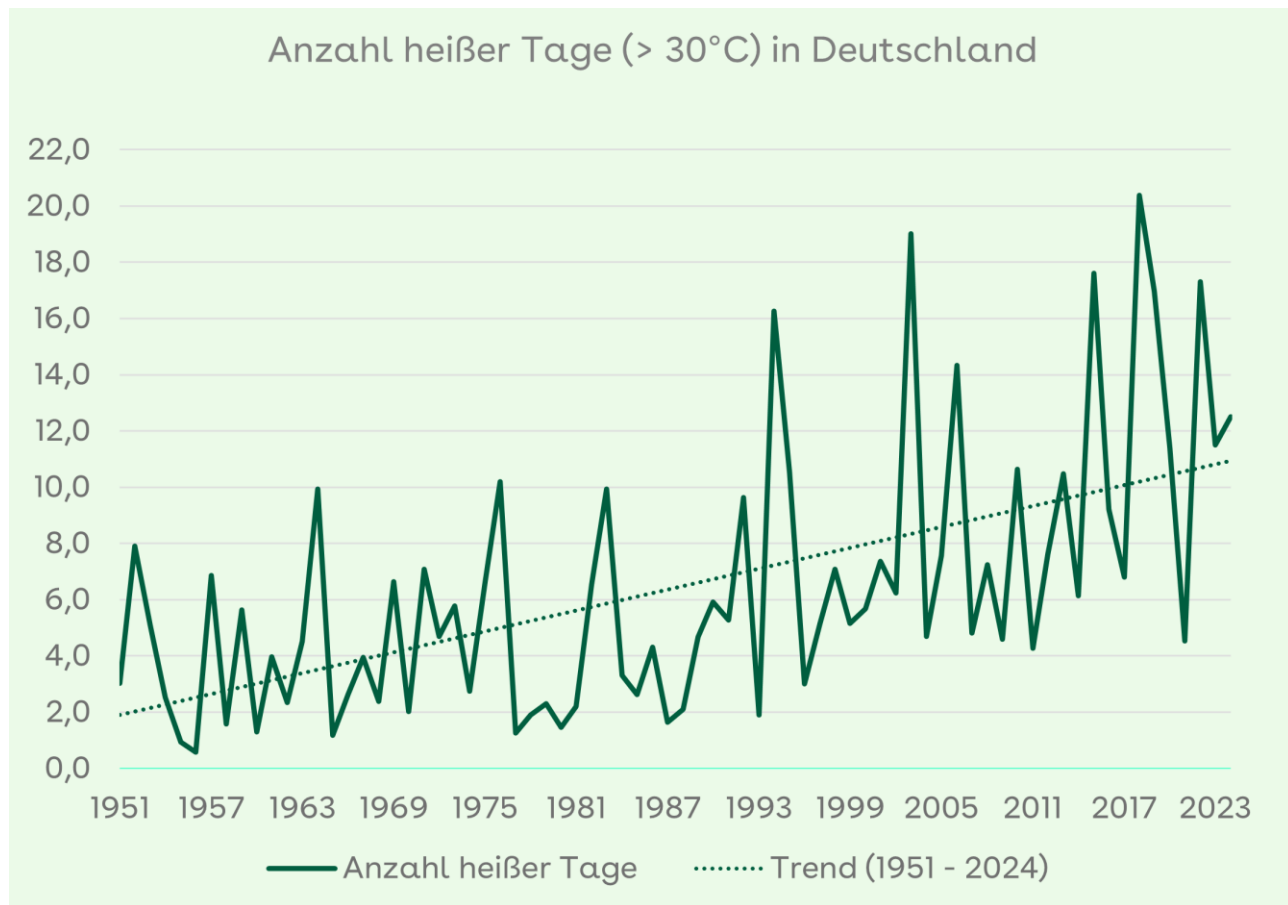
”

**Der Klimawandel ist die größte
Bedrohung für die globale
Gesundheit im 21. Jahrhundert.**


The Lancet, 2009

Klimawandel und Gesundheit

Temperaturanstieg



Quelle: Umweltbundesamt

Sommertage (>25°C)



tropische Nächte (> 20°C)



Heiße Tage / Hitzetage (>30°C)



Klimawandel und Gesundheit

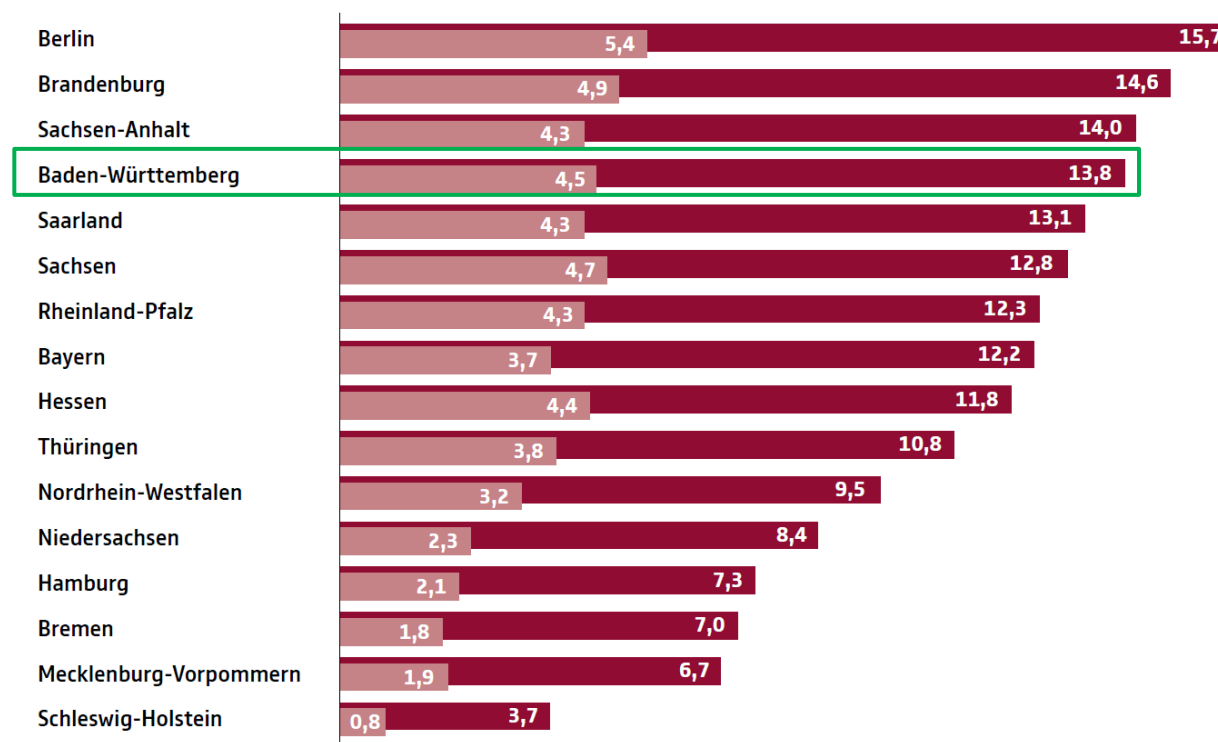
Temperaturanstieg - Regionale Unterschiede

Entwicklung der Hitzetage nach Bundesländern ab 30° Celsius

Mittlere Zahl der Hitzetage pro Jahr im Zeitraum ...

1951 -1960

2011 -2020



Quelle: DWD/GDV

© www.gdv.de | Gesamtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft (GDV)

Quelle: DWD/GDV

Gesundheitliche Risiken durch den Klimawandel

Hitze und physische Gesundheit

Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko

Ermüdung und Erschöpfung

Hautkrebsrisiko

Dehydrierung



Gesundheitliche Risiken durch den Klimawandel

Hitze und psychische Gesundheit

kognitiver Fähigkeit

aggressivem Verhalten

Angstzustände

psychischer Erkrankungen



Gesundheitliche Risiken durch den Klimawandel

Hitze und Medikamente

verstärkte Wirkung

verminderte Schweißproduktion

Risiko für Nierenprobleme



Gesundheitliche Risiken durch den Klimawandel

Hitzeerkrankungen

Hitzeerkrankungen

- Hitzeausschlag
- Hitzekrämpfe
- Sonnenstich
- Hitzeschlag
- Hitzeerschöpfung



Anzeichen

- starken Kopfschmerzen, Schwindel
- plötzlicher Verwirrtheit
- trockener, heißer Haut
- wiederholtem heftigem Erbrechen
- Bewusstlosigkeit



Anzeichen ernst nehmen und reagieren!

Gesundheitliche Risiken durch den Klimawandel

Vulnerable Gruppen

Wer ist durch Hitze besonders gefährdet?

- Menschen ab 65 Jahre
- Pflegebedürftige
- Menschen mit chronisch oder akuten Erkrankungen
- Schwangere
- Säuglinge und Kleinkinder
- im Freien Arbeitende
- pflegebedürftige Menschen
- Menschen in besonderen Lebenslagen
- Menschen mit körperlichen oder geistigen Beeinträchtigungen



Auswirkungen auf den Berufsalltag

Produktivitätsverluste

Arbeitsunfälle

Arbeitsausfälle



Betriebliches Gesundheitsmanagement als Schlüssel

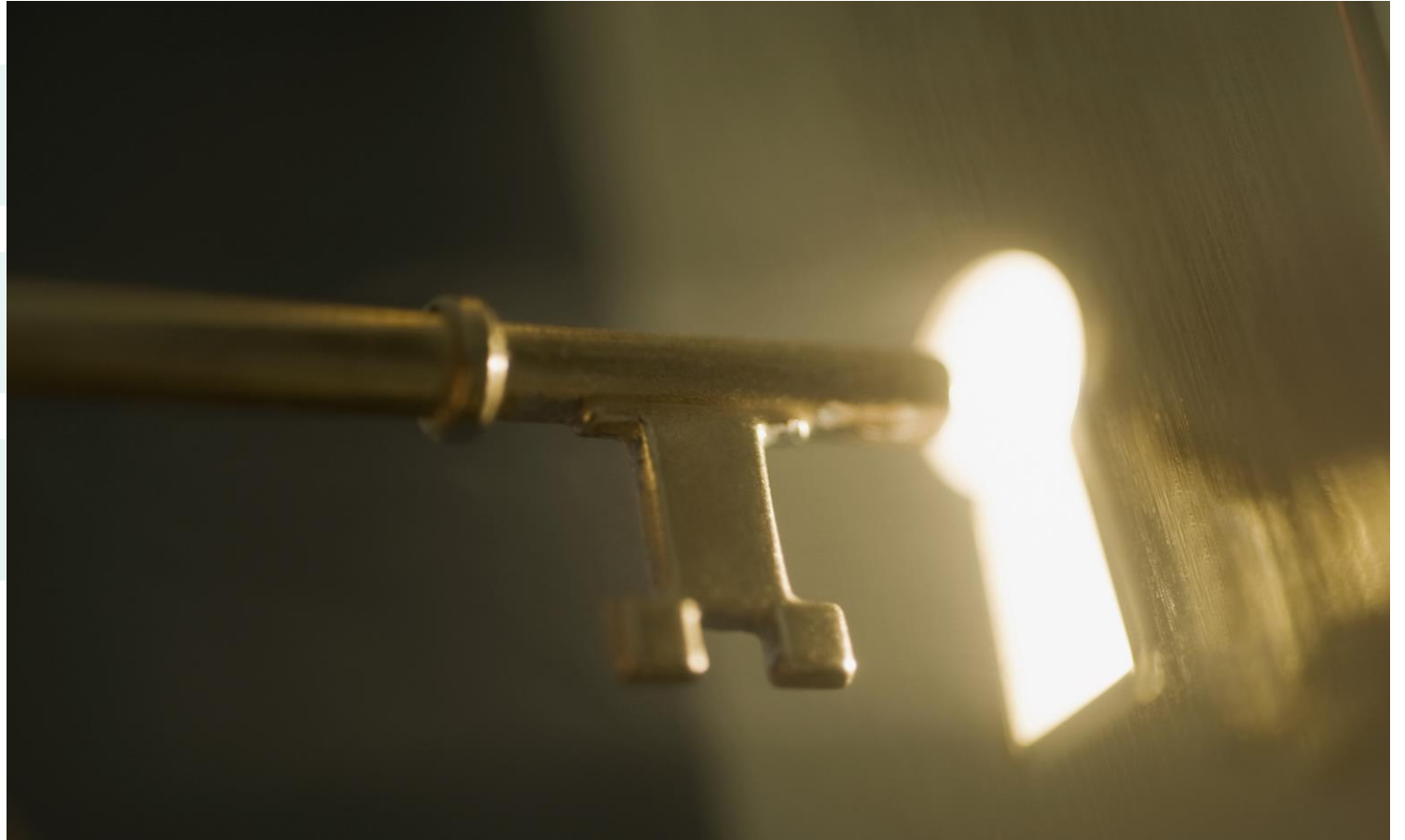
Handlungsfelder



Gefährdungsbeurteilung

Prävention

Gesundheitsförderung



Betriebliches Gesundheitsmanagement als Schlüssel

Handlungsfelder

Gefährdungsbeurteilung

- Integration von Klimarisiken in die betriebliche Gefährdungsbeurteilung
Analyse von Arbeitsklima, -ort und -anforderungen
- Identifikation besonders vulnerabler Mitarbeitergruppen
- Einhaltung und Umsetzung von Arbeitsschutzgesetz und Arbeitsstättenverordnung



Betriebliches Gesundheitsmanagement als Schlüssel

Handlungsfelder

Prävention und Gesundheitsförderung

- Notfallpläne- und Maßnahmen bei Extremwetterereignissen
- Erstellung eines betrieblichen Hitzeschutzkonzepts
- Förderung eines gesundheitsbewussten Betriebsklimas
- klimabezogene Gesundheitskompetenz stärken



Maßnahmen zur Prävention und Gesundheitsförderung **AOK**

Hitzeschutz am Arbeitsplatz

Organisatorische Maßnahmen

- Anpassung der Arbeitszeiten (z.B. Gleitzeit)
- Bereitstellung kühler Pausenräume
- Lockerung der Bekleidungsregeln
- Verschiebung nicht dringender Tätigkeiten
- Informationen zu Hitzewarnungen und Verhaltensempfehlungen

Technische Maßnahmen

- Sonnenschutzsysteme (Rollos, Jalousien)
- Effektive Lüftungssysteme
- Ventilatoren oder Klimageräte
- Wärmequellen nicht direkt im Arbeitsraum abstellen

Maßnahmen zur Prävention und Gesundheitsförderung

Hitzeschutz am Arbeitsplatz

Langfristige Anpassungsstrategien

- Gebäudeanpassungen (Dämmung, Begrünung)
- Integration von Klimaschutzmaßnahmen in die Unternehmensstruktur
- Regelmäßige Überprüfung und Anpassung des Hitzeschutzkonzepts
- Einbeziehung der Mitarbeiter in die Entwicklung von Hitzeschutzmaßnahmen
- Evaluation der Wirksamkeit der implementierten Maßnahmen

Maßnahmen zur Prävention und Gesundheitsförderung **AOK**

Hitzeschutz am Arbeitsplatz

Gesundheitsförderung

- Unterstützung bei der Verbesserung der körperlichen Fitness
- Unterstützung im Umgang mit Stress / Förderung psychischer Gesundheit
- Förderung einer ausgewogenen Ernährung
- Informationsveranstaltungen & Schulungen

Maßnahmen zur Prävention und Gesundheitsförderung **AOK**

Bereitstellung von Informationsmaterial

Eigenschutz für Beschäftigte

Informiert sein

- Hitzewarnungen des Deutschen Wetterdienstes abonnieren
- Hitzewellen im Team besprechen
- Schulungen anbieten, Infomaterial bereitstellen

Vorausschauend planen

- Tageszeit und Räumlichkeiten bei Aktivitätenplanung bedenken
- Schlafmangel und Partner-System bei Schichtdienstplanung berücksichtigen

Raumklima beeinflussen

- systematisch kontrollieren
- Möglichkeiten zur Beeinflussung nutzen

Abkühlung ermöglichen

- kühle Pausenräume schaffen
- kostenlose Getränke bereitstellen

Erholung beachten

- auf ausreichende Nachtruhe in kühler Umgebung achten
- zwischen den Arbeitsschichten ausreichend erholen

Arbeitsweg berücksichtigen

- auf Sonnenschutz achten
- ausreichend trinken
- Zeit einplanen

Fitness fördern

- durch regelmäßigen Sport Herz-Kreislauf-System stärken

Gesund essen und trinken

- ausreichend trinken
- häufiger kleinere Portionen essen
- leichte, wasserreiche Kost

Pausen einlegen

- auf regelmäßige Pausen zum Trinken und Abkühlen achten

Aktiv abkühlen durch...

- feuchte Umschläge
- Sprühwasser
- fließendes Wasser
- Pulskühler

Auf Kühlung achten

- kühle Getränke vor Anlegen der Schutzausrüstung trinken
- wenn möglich Kühlwesten tragen

Vorausschauend arbeiten

- Wege planen
- Tempo anpassen

Passend kleiden

- wenige Kleidungsschichten tragen
- Gewicht der Ausrüstung verringern

Mit Ausrüstung umgehen

- Mund-Nasen-Schutz bei Durchfeuchtung oder erhöhtem Atemwiderstand wechseln

Bildquelle KLUG e.V.

Tipps bei sommerlichen Temperaturen

- Schützen Sie Ihre Haut mit **Sonnencreme**.
- Rufen Sie sofort **Hilfe**, wenn Sie sich unwohl fühlen. Legen Sie Notrufnummern bereit.
- Erfrischen Sie Ihren Körper mit **feuchten Tüchern** oder **Wasserspray**.
- Trinken Sie gleichmäßig über den Tag verteilt, am besten natriumreiches Mineralwasser.
- Verwenden Sie eine **leichte Bettdecke** oder gegebenenfalls nur einen **Bettbezug** zum Zudecken.
- Nutzen Sie **lokale Informationen** für Hitzeschutzeempfehlungen.
- Nehmen Sie **Unterstützung** von Nachbarn und Angehörigen an.
- Tragen Sie **leichte und luftige Kleidung**.
- Besprechen Sie Ihr **persönliches Hitzesisiko** mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt.
- Essen Sie über den Tag verteilt kleine Mahlzeiten mit wasserreichem Obst und Gemüse.
- Achten Sie auf die richtige **Lagerung Ihrer Medikamente** und beachten Sie die Hinweise in der Packungsbeilage.
- Lüften Sie die Räume frühmorgens und spätabends. Halten Sie **Rolläden und Vorhänge** an sonnigen Fenstern geschlossen.

AOK. Die Gesundheitskasse.

Trinken Sie ausreichend?

Streichen Sie nach jedem getrunkenen Glas eines der Bilder durch. Ziel sind mindestens 6–8 Gläser (je 0,3 l) pro Tag für einen gesunden Erwachsenen. Bei extremen Hitzephasen und bei starkem Schwitzen darf es noch mehr sein.*

Tag	Gläser
Montag	8 Gläser
Dienstag	8 Gläser
Mittwoch	8 Gläser
Donnerstag	8 Gläser
Freitag	8 Gläser
Samstag	8 Gläser
Sonntag	8 Gläser

Trinkplan auch zum Ausdrucken: aok.de/bw/hitze-trinkplan

* Die Empfehlungen zur Trinkmenge sind nicht auf einzelne Erkrankungen abgestimmt. Personen mit beispielsweise Herzinsuffizienz oder eingeschränkter Nierenfunktion besprechen ihre Trinkmengen bitte mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt.

Quelle: Deutsche Allianz für Klimaschutz und Gesundheit (KLUG) und AOK.de

Maßnahmen zur Prävention und Gesundheitsförderung

Was jetzt zu tun ist



- ✓ Informationen aus dem Vortag als Impuls in den eigenen Betrieb mitnehmen
- ✓ Umsetzungsmöglichkeiten identifizieren
- ✓ Kollaboration zur Stärkung der Gesundheitskompetenz der Mitarbeiter aufbauen
- ✓ Maßnahmen planen
- ✓ Umsetzung



**HITZESCHUTZ IN DER ARBEITSWELT
- WAS JETZT ZU TUN IST**

Hitze stellt die größte Gesundheitsgefährdung für Menschen durch den Klimawandel dar und wird zunehmen. Bereits heute haben zunehmende Hitzeereignisse massive Auswirkungen auf die Gesundheit und Sicherheit von Menschen an ihren Arbeitsplätzen und auf den Arbeitswegen. Hitzestress birgt ein Risiko für alle menschlichen Organsysteme und kann schwere gesundheitliche Folgen haben. Insbesondere das Herz-Kreislauf-System, die Atemwege, die Nierenfunktion aber auch das Nervensystem können beeinträchtigt werden. Hitze kann auch die psychische Gesundheit beeinflussen und bestehende Erkrankungen verschlechtern. Weiter gibt es einen Zusammenhang zwischen Hitze und zunehmender Aggressivität sowie erhöhter Unfallwahrscheinlichkeit. Durch verminderte Leistungsfähigkeit und Produktivität können sich erhebliche volkswirtschaftliche Herausforderungen und Wettbewerbsnachteile ergeben.

Was ist jetzt konkret zu tun, um in diesem Sommer vorbereitet zu sein?
Es kommt jetzt darauf an, die größten Risiken zu identifizieren und durch kurzfristig umsetzbare Maßnahmen zu reduzieren.

1) Verantwortliche festlegen
Aufgaben, Rollenverteilung und Verantwortlichkeiten bei Hitzewarnungen müssen festgelegt werden. Um über anstehende Hitzeereignisse informiert zu werden, sollte der Newsletter „Hitzewarnungen“ des Deutschen Wetterdienstes abonniert werden. Innerbetrieblich sollte festgelegt werden, was beim Eintreffen einer Hitzewarnung getan werden muss und welche konkreten Schritte im Sinne einer Warnkaskade zur Information aller eingehalten werden sollten.

- Wer koordiniert Hitzeschutz?
- Wer ist zuständig?

2) Vulnerable Gruppen identifizieren
Besonders betroffene Risikogruppen (s.u.) identifizieren (z.B. über die Gefährdungsbeurteilung) und über Risiken und Schutzmaßnahmen informieren sowie Ansprechpartner:innen benennen (z.B. Betriebsmediziner:innen).

- Wer ist besonders durch Hitze gefährdet?
- Wann und wo treten diese Gefährdungen auf?

Bildquelle KLUG e.V.

”

Gesundheitsschutz und Klimaschutz sind zwei Seiten derselben Medaille. Nur wenn beides zusammen gedacht wird, kann eine gesunde und zukunftsfähige Arbeitswelt gestaltet werden.



Danke



 **Nikita Sabatino**
Fachkraft Ernährung

Zita-Kaiser-Str. 5
79106 Freiburg

Telefon: 0711 6525-25803
E-Mail: nikita.sabatino@bw.aok.de
Internet: www.aok.de/bw

Weiterführende Informationen

Links

- [Informationen zu Hitze und Verhaltenstipps des Bundesinstituts für öffentliche Gesundheit](#)
- [Informationen des Landesgesundheitsamtes Baden-Württemberg zu Hitze und Gesundheit](#)
- [Hitzewarnsystem des Deutschen Wetterdienstes](#)
- [Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit e.V. \(KLUG\): Informationsportal Hitze](#)

Materialien

- [Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit \(KLUG\) – Hitzeverhaltensregeln](#)
- [Deutsch Allianz Klimawandel und Gesundheit \(KLUG\) – Schritt für Schritt zum Kommunikationskonzept](#)
- [Hitzeportal von KLUG: Hitze in der Arbeitswelt – Was jetzt zu tun ist.pdf](#)
- [AOK – Trinken Sie ausreichend?](#)
- [AOK – Tipps bei sommerlichen Temperaturen](#)
- [AOK Broschüre – Wegweiser Hitze](#)

- [Bauer S, Bux K, Dieterich F, Gabriel K, Kienast C, Klar S et al. \(2022\): Klimawandel und Arbeitsschutz](#)
- [Bühn, S. & Scholz, C. M. \(2023\): Ergebnisbericht - Planetary Health im betrieblichen Setting](#)
- [Bühn, S. & Voss, M. \(2023\). Gutachten – Klimawandel und Gesundheit – Auswirkungen auf die Arbeitswelt](#)
- [Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin \(2022\): Klimawandel und Arbeitsschutz](#)
- [Bundesinstitut für öffentliche Gesundheit - Informationsportal Klima Mensch Gesundheit](#)
- [Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit \(KLUG\)](#)
- [DWD - Deutscher Wetterdienst](#)
- [Ed Hawkins National Centre for Atmospheric Science](#)
- [Gesamtverband der Versicherer \(2021\): Zahl der Hitzetage seit den 1950er Jahren fast verdreifacht](#)
- <https://healthforfuture.de/>
- [Herrmann M et al. \(2023\): Gesundheitsbezogene Hitzeaktionspläne in Deutschland: Was unterstützt eine systematische Umsetzung](#)
- [Landesgesundheitsamt Baden-Württemberg: Hitze und Gesundheitliche Folgen](#)
- [Robert Koch Institut - Journal of Health Monitoring \(2023\): Hitze in Deutschland: Gesundheitliche Risiken und Maßnahmen](#)
- [Robert Koch Institut - Journal of Health Monitoring \(2023\): Skoping Review zu Klimawandel und psychischer Gesundheit in Deutschland](#)

Quellen



- [Umweltbundesamt \(2024\). Indikator Heiße Tage](#)
- [Umweltbundesamt \(UBA\) \(2023\): IG-I-1: Hitzebedingte Minderung der Leistungsfähigkeit](#)
- [Watts et al. \(2015\): Health and climate change: policy responses to protect public health](#)
- [WHO. Regionalbüro für Europa \(2019\): Gesundheitshinweise zur Prävention hitzebedingter Gesundheitsschäden – Neue und aktualisierte Hinweise für unterschiedliche Zielgruppen](#)
- [World Health Organization \(2023\): climate change and health](#)
- <https://healthforfuture.de/>