



Verhütung von Berufskrankheiten Das kann jeder selbst dazu tun

Berufskrankheiten sollen möglichst nicht entstehen; falls es doch geschieht, sind Leistungen zu erbringen: In der täglichen Arbeit der Berufsgenossenschaften (BGs) nehmen sie einen breiten Raum ein. Dabei ist das Spektrum groß: Zur Zeit enthält die Berufskrankheitenliste 68 Einträge. Die Art der Belastungen/Gefahrstoffe, die zu Berufskrankheiten führen können, reduziert sich im Wesentlichen auf vier große Gruppen:

1. **chemische Einwirkungen,**
2. **physikalische Einwirkungen,**
3. **Infektionen,**
4. **Stäube.**

Die Verhütung von Berufskrankheiten hat zum Ziel, diese Gefährdungen im Arbeitsleben zu beseitigen oder zumindest zu minimieren.

Wirksam kann Prävention jedoch nur dann sein, wenn der einzelne Arbeitnehmer die vorgesehenen oder vorgeschriebenen Schutzmaßnahmen auch einhält!

Leider verhalten sich viele bei der täglichen Arbeit so, dass sie ihren Körper und ihre Gesundheit gefährden. Aus Gewohnheit, Bequemlichkeit, manchmal auch aus Leichtsinns setzen Menschen sich immer wieder Risiken aus, ohne sich der möglichen Konsequenzen bewusst zu sein.

Dabei sind sie fast immer davon überzeugt, dass eine andere Verhaltensweise

- **nicht möglich,**
- **uneffektiv,**
- **zu umständlich oder zu langsam,**
- **ohne (erkennbaren) Nutzen ist.**

Das Bewusstsein, dass es auch anders - und zwar sicherer - geht, ist oft nicht besonders ausgeprägt. Das liegt nicht zuletzt daran, dass die Folgen der Nichtbeachtung von Schutzmaßnahmen nicht sofort sichtbar werden, wie dies beim Eintritt eines Arbeitsunfalls der Fall ist.

Vielmehr handelt es sich um einen oft Jahre dauernden schleichenden Prozess, bei dem

wiederkehrendes Fehlverhalten mit nur geringen Auswirkungen allmählich zu einem echten Gesundheitsschaden führt. Die Mediziner sprechen von „Kumulieren“. Dabei ist die „Dosis“ entscheidend: Je öfter ein Mensch sich einer schädlichen Einwirkung aussetzt oder seinen Körper überlastet oder je höher die Konzentration der Einwirkung oder der Grad der Überlastung ausfällt, desto früher wird der Gesundheitsschaden eintreten und desto schwerwiegender wird er am Ende sein.

Der Umkehrschluss: Geringe einzelne Einwirkungen oder Belastungen und nicht zu häufige Spitzenbelastungen/-einwirkungen vermindern das Risiko eines Gesundheitsschadens.

Dies ist der Ansatzpunkt für die Prävention von Berufskrankheiten durch die Berufsgenossenschaften und die Betriebe.

Jeder kann selbst dazu beitragen, eine Berufskrankheit zu verhindern - im Interesse seiner eigenen Gesundheit:

Das Gehör schützen

So sollte allen bekannt sein, dass bei lärmintensiven Arbeiten Gehörschutz zu tragen ist. Aber hält sich immer jeder daran? Ältere Kollegen werden auf die Frage, weshalb sie einen Gehörschaden haben, meistens antworten: „Ich habe viel ohne Gehörschutz geflext, die Rüttelplatte oder den Presslufthammer benutzt. Als ich den Hörverlust bemerkt habe, war es zu spät.“

Daher sollte immer daran gedacht werden, auch bei nur kurzzeitigen lärmintensiven Arbeiten den Gehörschutz zu benutzen. Dies gilt im übrigen auch, wenn ein Kollege in unmittelbarer Nähe oder in der Werkstatt an einer anderen Werkbank Lärm verursacht.

Atemschutz gegen Staub tragen

Staub dringt in die Atemwege ein und wird von dort in die Lungen transportiert. Ein Teil

der eingeatmeten Partikel bleibt in der Lunge oder in den Atemwegen zurück und wird beim Ausatmen nicht wieder ausgestoßen. Wiederholt sich der Vorgang, bleibt wieder ein kleiner Rückstand. In dem Maß, wie schadstoffbelastet dieser Staub ist, wächst die Gefahr einer chronischen Atemwegserkrankung oder sogar eines Krebsleidens. Daran muss immer denken, wer sich auch nur kurzzeitig in staubbelasteter Umgebung begibt, besonders dann, wenn er nicht weiß, welche Schadstoffe sich in der Luft befinden.

Also gilt: Bei staubbelasteten Tätigkeiten Atemschutz tragen!

Schutz gegen Chemikalien

Chemische Einwirkungen können verschiedene, teils schwerwiegende Krankheiten verursachen. Sie gelangen über die Atemwege, aber auch über die Haut in den Körper. Daher ist unbedingt darauf zu achten, beim Umgang mit Chemikalien Atemschutz und Schutzkleidung zu tragen.

Hautschutz

Stiefmütterlich behandelt fühlt sich oft die Haut. Wer fettet sie regelmäßig ein, um die natürlichen Lipide zu erhalten? Frauen dürften dies aus kosmetischen Gründen eher tun. Bei Männern ist jedoch eine weiche und glatte Haut verpönt. Speziell in handwerklichen Berufen gehört die „Maurerkralle“ eben dazu.

Dass aber mit jedem hautreizenden Kontakt durch so genannte Irritantien, dies können Zementinhaltsstoffe, Allergene, Chromate und andere Stoffe sein, die Hautoberfläche zersetzt wird, ist kaum bekannt. Die Haut hat zwar die gute Eigenschaft, sich selbst zu reparieren. Aber ebenso, wie dies bei einer Schürfwunde mehrere Tage dauert, dauert es eben auch bei nicht sichtbaren Zerstörungen der Hautoberfläche mehrere Tage. Hat die Haut nicht genug Zeit, sich wieder zu erholen, bevor eine erneute Belastung auf sie einwirkt, wird die natürliche Barrierefunktion, die vor dem Eindringen von Schadstoffen in die Unterhaut schützt, gemindert. Die raue Hand ist zwar Zeichen für „harte Arbeit“, aber auch für eine geschädigte Haut.

Regelmäßige Hautpflege ist daher gerade in Berufen, bei denen die Haut besonderen Belastungen ausgesetzt ist, enorm wichtig, denn die Zerstörung der Haut ist ab einem gewissen Grad irreparabel.

Viele wissen es nicht, aber es ist erwiesen: Zu häufiges Händewaschen zerstört ebenfalls die Hautbarriere! Die so genannten Spülhände sind Beleg dafür.

Jeder kann sich also selbst vor dem Eintritt einer Berufskrankheit - aber auch vor Gesundheitsgefahren im Privatleben - schützen.

Es gibt für fast jede Situation eine „unschädliche“ Lösung.

Sie zu nutzen ist entscheidend!

