

Vorsicht Arbeit!?



Kapitalismus tötet leise...

Jedes Jahr sterben weltweit über zwei Millionen Menschen an Arbeitsunfällen und berufsbedingten Krankheiten - das macht über 200 Tote pro Stunde.

Im Jahr 2016 wurden in Deutschland etwa 960.000 Arbeitsunfälle gemeldet, darunter 557 tödliche. Etwa 2.600 weitere Menschen sterben jährlich an den Folgen einer Berufskrankheit, wie Haut- und Lungenkrebs oder Asbestose. Das darf nicht so weitergehen!

Vermeide, was die Gesundheit gefährdet:

- **Gifte** in Form von Staub, Gas, Flüssigkeit oder Schimmel, sowie **Bakterien** und **Viren**

- **Chemikalien**, **Hitze**, **Kälte** oder **Oberflächen**, die die Haut reizen oder verletzen

- scharfe **Kanten**, aber auch **Maschinen**, **Fahrzeuge** und **Lasten**, an denen man sich stoßen, schneiden oder quetschen kann

- rutschige oder brüchige **Trittflächen**, sowie **Leitern** und **Stolperfallen**, wegen denen man Hinfallen, Abstürzen oder Einbrechen kann

- **elektrischen Strom** und **Magnetfelder**, **Mikrowellen** oder **Röntgenstrahlen**, da sie sehr schädlich für Nerven und Gewebe sind - für Leute mit Herzschrittmacher können sie sogar lebensbedrohlich werden

(Motoren, Monitore oder Handys sind auch solche Strahlenquellen)

Langweilige und **einseitige Arbeit** schadet auf Dauer Körper und Geist. Unpassende, kaputte oder **fehlende Sitzgelegenheiten** verursachen unter anderem Rückenschmerzen und Durchblutungsstörungen. **Leistungsdruck** und **Mehrarbeit** können krankmachen.



Zu **kurze oder fehlende Pausen**, **Wechselschichten**, **Nacht-** und **Zeitarbeit** schaden der Konzentration und dem Blutkreislauf. Sie sind meistens unsozial und verursachen auf Dauer oft Stress, Schlafstörungen und Depressionen. Arbeiten am **Wochenende** und nach **Feierabend** kosten wertvolle Lebenszeit!

Konkurrenzdruck, **Bespitzelung**, **Videoüberwachung** und **Entlassungsdrohungen** sind ebenso **Psychoterror**, wie **ständige Hetze** und jede Form von **Mobbing** - egal ob durch Chefs oder Kolleg*innen.

Der Konsum von **Tabak**, **Kaffee**, **Alkohol**, **Medikamenten** und anderen **Drogen** kann zu gefährlichem (Sucht-)Verhalten und Unaufmerksamkeit führen. Durch Rauchen schadet man nicht nur sich selbst, sondern auch allen anderen! **Frische Luft**, lange **Pausen**, Essen und Trinken in geeigneten **Sozialräumen** und ausreichend **Nachtschlaf** machen die Arbeit sicherer und den Alltag gesünder.

Gesetze sind dabei egal: Was zählt, ist die Rücksichtnahme auf die Bedürfnisse aller Kolleg*innen!

Organisieren wir uns selbst

- Gibt es genügend frische **Verbandskästen**, neue **Feuerlöscher** und **Rauchmelder**?
- Wo sind frei zugängliche **Fluchtwege**?
- Haben alle die nötige **Arbeitsschutzkleidung** und passende **Persönliche Schutzausrüstung** (PSA: **Handschuhe**, **Brille**, **Maske**, **Gehörschutz**, **Helm**, **Schuhe**, **Schürze**,...)?

Vorsicht bitte rund um's Wochenende:

Samstags passieren meistens die besonders schweren oder tödlichen Arbeitsunfälle.

Montags kommt es am häufigsten zu Verletzungen am Arbeitsplatz.



Jeder Arbeitsunfall und jede Berufskrankheit sollte sofort medizinisch **behandelt**, ärztlich **bescheinigt** und der Berufsgenossenschaft (BG) **gemeldet** werden. Das hilft auch bei einem Rechtsstreit um Anerkennung und Haftung.

Übrigens: Auch auf dem Hin- und Rückweg ist man normalerweise gesetzlich **unfallversichert** - aber nicht, wenn sich ein Unfall in der Mittagspause ereignet.

Kenne die Gefahren! Informiere alle Kolleg/innen!

Schluss mit der Arbeitshetze!



30 Wochenstunden sind noch zuviel...

Vorsicht: Arbeit kann die Gesundheit gefährden!

Anarchosyndikalistisches Netzwerk - ASN Köln

Persönliche Schutz-Ausrüstung

• Arbeitshandschuhe

Die meisten Arbeitshandschuhe bestehen aus Stoff, Leder oder Latex/Nitril. Sie sind nach EN 420 für den Verwendungszweck mit einer CE-Nr. gekennzeichnet, je nach dem wieviel und welchen Schutz das jeweilige Modell bietet:

Bei **mechanischen Risiken** schützt eine hohe Festigkeit gegen Abrieb, Schneiden, Durchstechen und Weiterreißen (EN 388).

Vor **thermischen Risiken** schützen Handschuhe gegen Hitze und geschmolzenes Metall (EN 407).

Bestimmte Materialien verhindern das Eindringen von **Kälte** (EN 511) oder **Wasser**. Handschuhe aus speziellen Materialien sind z.B. beständig gegen **Chemikalien** oder **Mikroorganismen** (EN 374).

Wichtig bei Handschuhen ist auch eine **bequeme Größe**, damit das sichere **Greifen** und das richtige **Tastgefühl** noch wirkt. Beim Essen keine Arbeitshandschuhe tragen!

Die Hände sollten in regelmäßigen Arbeitspausen gut gelüftet werden, damit die **Haut trocknen** kann und keine Entzündungen entstehen. Hilfreich ist zudem eine rückfettende **Hautcreme**.



In den meisten Lederhandschuhen wurden giftige Chemikalien festgestellt. Daher sollte man dünne (Innen-)Baumwollhandschuhe darunter tragen. Auch Latex, Puder, Gerb- und Farbstoffe können in manchen Fällen sogar **Allergien** auslösen.

• Arbeitsschuhe

Die Kategorien nach denen Sicherheitsschuhe eingestuft werden, müssen bestimmte Schutzstandards (EN 345) erfüllen:

S1 = mit **Zehenschutzkappe** (aus Metall)

S2 = mit Zehenschutzkappe und **wasserdicht** (mindestens 1 Stunde)

S3 = mit Zehenschutzkappe, durchtritt-sicherer **Metallsohle** und wasserdicht

Je nach Beanspruchung haben die Modelle auch spezielle Sohlen für **Rutschfestigkeit**, manche sind **hitzebeständig**, **öl-**, **benzin-** und **säureresistent** oder **antistatisch**. Besonders gut sind Modelle mit orthopädischem **Fußbett** und **Fersendämpfung** (Wirbelsäule und Gelenke werden entlastet). Die richtige Größe ist wichtig für einen sicheren Stand.

• Gehörschutz

Ab **85 dB** Dauerlärmbelastung ist ein passender Gehörschutz (EN 352) Arbeitgeberpflicht! Doch in einigen Schaumstoff-Ohrstöpseln wurden giftige Chemikalien festgestellt. Bei speziellen Modellen muss man wegen der chemischen Gesundheitsbelastung auf aktuelle Testergebnisse achten.

Am besten sind daher **Wachsstöpsel** aus der Apotheke. Professionellen (Kapsel-)Gehörschutz gibt es in unterschiedlichen Schutzstufen gegen **Hoch-**, **Mittel-** und **Basstöne** (HML).

Wichtig ist dabei die Restlärmbelastung, denn der Krach sollte abzüglich der Dämpfung auf höchstens 75 dB bei allen Frequenzen reduziert werden. Beim

Tragen von Gehörschutz müssen alle Kolleg*innen auf den Erhalt der Kommunikationsfähigkeit achten (Sichtkontakt mit vereinbarten Handzeichen oder spezielles Blinklicht)!

• Atemschutz

Halb- oder Ganzmasken (EN 133) gibt es in sehr unterschiedlichen Schutzstufen gegen **Feinstaub** (FF), **Partikel** (P), organische (A), anorganische (B) und saure **Gase** (E) oder **Ammoniak** (K).

Die Wirkung wird unterteilt in gering (1), mittel (2) und groß (3) - jedoch wird das Atmen dadurch zunehmend erschwert. Es gibt aber auch Modelle mit speziellen Membranen, die das Atmen erleichtern, aber die Schadstoffe herausfiltern.

Hygienemasken sollten gut entsorgt werden. Gummi-/Kunststoffmasken benötigen sogar spezielle Pflege.

• Schutzbrille

Auch die Augen müssen gegen Staub, Splitter, Dämpfe, Rauch, Gase oder helles Licht bzw. Laser oder UV-Strahlung geschützt werden. Eine passend sitzende Sicherheitsbrille-gehört - auch für Träger*innen von geschliffenen Korrekturgläsern oder Kontaktlinsen - daher zu jeder Persönlichen Schutz-Ausrüstung (PSA) unbedingt dazu!

Weitere Schutzausrüstung:

Gurte und Seile, Helme oder Anstoßkappen, sowie Arbeitskleidung (mit Leuchtfarben oder Reflektoren), Schnittschutz, Knieschoner und Rettungswesten,...

Anarchosyndikalistisches
Netzwerk – ASN Köln
asnkoeln.wordpress.com