

Welcher Sonnenschutz ist sinnvoll?

- ▶ Tragen von geeigneter den Körper bedeckender Kleidung, z. B. aus Baumwollmaterialien. Gegebenenfalls sind zusätzliche Schutzwirkungen nach Gefährdungsbeurteilung zu berücksichtigen (z. B. Warnweste).
- ▶ Tragen von Kopfbedeckungen, die z. B. eine breite Krempe oder einen Nackenschutz besitzen.
- ▶ Verwendung von UV-Schutzmitteln auf den von der Kleidung nicht bedeckten Körperteilen (z. B. Gesicht, Hände). Das UV-Schutzmittel (z. B. Creme, Lotion) muss einen Lichtschutzfaktor von mindestens 30 besitzen und sollte schweißfest sein.
- ▶ Tragen von Sonnenschutzbrillen. Die Sonnenbrille sollte eine ausreichende UV-Absorption aufweisen („UV 400“) und vor seitlicher Sonneneinstrahlung schützen.

BG Verkehr

Geschäftsbereich Prävention
Ottenser Hauptstraße 54
22765 Hamburg
Tel.: +49 40 3980-0
Fax: +49 40 3980-1999
E-Mail: praevention@bg-verkehr.de
Internet: www.bg-verkehr.de

Seeschifffahrt



2018/Mat-Nr.: 670-300-150



Schutz vor natürlicher UV-Strahlung an Bord von Seeschiffen



Wie wirkt die natürliche UV-Strahlung auf den Menschen?

In geringen Dosen ist die natürliche UV-Strahlung lebensnotwendig. Abhängig von Dauer und Stärke können jedoch schwerwiegende Schäden an Augen und Haut auftreten.

Man unterscheidet:

- akute Wirkungen, wie Sonnenbrand und Hornhautentzündung des Auges
- chronische Schäden, wie grauer Star, vorzeitige Hautalterung und Hautkrebs, die erst nach Jahrzehnten bemerkt werden



Was ist natürliche UV-Strahlung?

Natürliche UV-Strahlung wird von der Sonne abgestrahlt und ist für das menschliche Auge nicht sichtbar.

Ihre Stärke hängt ab von:

- Sonnenstand
- Breitengrad
- Höhe über Normalnull
- Gesamtzongehalt
- Bewölkung
- reflektierenden Oberflächen (z. B. weiße oder glänzende Oberflächen)

Was sollte man beachten?

- ▶ Je länger die Aufenthaltsdauer in der Sonne, desto höher die Belastung.
- ▶ Die Belastung ist in der Mittagszeit von 11 bis 15 Uhr besonders hoch.
- ▶ Die UV-Belastung wird durch Schatten und Bewölkung gemindert, aber nicht ganz aufgehoben.
- ▶ Die geografische Breite und Höhe haben einen Einfluss auf die Belastungshöhe.

Sind Seeleute gefährdet?

- ▶ Seit dem 01.01.2015 können bestimmte Formen des weißen Hautkrebses als Berufskrankheit anerkannt werden.
- ▶ Während des Projekts „Ermittlung der UV-Strahlungsexposition bei Seeleuten“ gelang es, eine fundierte und geschlossene Datenbasis zu entwickeln.* Es zeigte sich, dass die Bestrahlung mit abnehmender geografischer Breite steigt. Die höchste UV-Strahlungsexposition wurde auf Kopf und Schultern festgestellt.