

# Medieninformation

Sächsisches Staatsministerium für Wirtschaft, Arbeit, Energie und Klimaschutz

**Ihr Ansprechpartner**  
Jens Jungmann

**Durchwahl**  
Telefon +49 351 564 80600  
Telefax +49 351 564 80680

presse@smwa.sachsen.de\*

01.07.2025

## Heißer Sommer: Arbeitsschutz bei Hitze

### Wirtschafts- und Arbeitsminister Panter: »Wirksamen Hitzeschutz gemeinsam umsetzen«

Es ist schon heiß und in den kommenden Tagen wird es noch heißer: Temperaturen von über 30 Grad begleiten uns auch in diesem Sommer. Das stellt erhöhte Anforderungen an den Arbeitsschutz, da Hitze unseren Körper belasten kann. Der richtige Umgang mit Hitze bei der Arbeit im Freien und in Gebäuden ist deshalb auch eine Frage der Gesundheit.

Was passiert mit uns? Ist es zu heiß, lassen Konzentration und Leistungsfähigkeit nach, Kopfschmerzen und Übelkeit können folgen. Die Gefahr von Unfällen steigt. Bei Arbeiten im Freien kommen weitere Belastungen, wie UV-Strahlung, größere Hitzebelastung durch direkte Sonneneinstrahlung und eine erhöhte Konzentration von Luftschadstoffen wie Sommersmog oder Ozon hinzu. Die Leistungsfähigkeit nimmt bei extremer Hitze ab – der Körper fährt in einen Energiesparmodus.

Die Betriebe haben gerade an solchen Tagen eine besondere Fürsorgepflicht für ihre Beschäftigten: Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber müssen draußen arbeitende Beschäftigte vor der Hitze und auch vor der Sonne schützen. Nach Angaben der Bundesagentur für Arbeit, Regionaldirektion Sachsen arbeiten rund 330.000 Beschäftigte in Branchen, deren Tätigkeiten überwiegend oder zumindest teilweise im Freien stattfinden (sozialversicherungspflichtig und geringfügig Beschäftigte, Stand Juni 2024). Dazu zählen Branchen wie das Baugewerbe, Wasserversorgung, Abwasser- und Abfallentsorgung, Land- und Forstwirtschaft sowie die Fischerei, aber auch Klima- und Gebäudetechnik, Verkehr und Logistik. Doch auch in überhitzten Büroräumen können Hitzeerschöpfung oder Hitzekollaps auftreten.

Sachsens Wirtschafts- und Arbeitsminister Dirk Panter: »An sehr heißen Tagen, wie wir sie gerade erleben, haben die Betriebe eine besondere Fürsorgepflicht. Am besten verständigen sich Arbeitgeber und Beschäftigte

**Hausanschrift:**  
**Sächsisches Staatsministerium  
für Wirtschaft, Arbeit, Energie  
und Klimaschutz**  
Wilhelm-Buck-Straße 2  
01097 Dresden

[www.smwa.sachsen.de](http://www.smwa.sachsen.de)

Zu erreichen ab Bahnhof  
Dresden-Neustadt mit den  
Straßenbahnlinien 3 und 9, ab  
Dresden-Hauptbahnhof mit den  
Linien 3, 7 und 8. Haltestelle  
Carolaplatz.

\* Kein Zugang für verschlüsselte  
elektronische Dokumente. Zugang  
für qualifiziert elektronisch signierte  
Dokumente nur unter den auf  
[www.lsf.sachsen.de/eSignatur.html](http://www.lsf.sachsen.de/eSignatur.html)  
vermerkten Voraussetzungen.

gemeinsam, welcher Hitzeschutz umgesetzt werden kann, vor allem bei anstrengenden Arbeiten. Schon mit einfachen Maßnahmen lässt sich viel erreichen: Zum Beispiel durch ausreichend Getränke, verschattete Arbeitsplätze oder, wenn möglich, die Verlagerung der Arbeit in kühlere Räume oder auf kühlere Tageszeiten. Auch Sonnenschutz, leichtere Bekleidung und genügend Pausen sind wichtig, damit niemand überlastet wird.«

Das sächsische Wirtschaftsministerium informiert in einer Broschüre über die Maßnahmen zum Arbeitsschutz bei Hitze. Die Publikation »Tipps für heiße Sommertage am Arbeitsplatz« bietet eine entsprechende Hinweissammlung, um die Belastungen so gering wie möglich zu halten. Sie richtet sich an Arbeitgeber und Beschäftigte. An erster Stelle steht hierbei die Vermeidung von Arbeitsunfällen, aber auch Gesundheit und Wohlbefinden sollen erhalten bleiben.

### **Einige Tipps:**

- Ausreichend Trinken: Der Körper verliert durch Schwitzen viel Flüssigkeit. Zwei Liter bei einer Raumtemperatur von 24 Grad, bei höheren Temperaturen etwa drei Liter oder mehr, insbesondere bei schwerer körperlicher Arbeit.
- Schutz vor UV-Strahlung
- Regelmäßig Kurzpausen einlegen.
- Luft- und feuchtigkeitsthroughlässige, leichte und bequeme Kleidung sowie luftdurchlässige Schuhe tragen. Diese Garderobe erleichtert das Schwitzen und verringert die Hitzebelastung.
- Handgelenke mit kaltem Wasser benetzen. Das kühlt kurzfristig.
- Nachtauskühlung/Morgenkühle nutzen: Für eine intensive Durchlüftung der Räume sorgen und zwar in den Nachtstunden oder den frühen Morgenstunden.
- Innere Wärmequellen reduzieren oder vermeiden, z. B. elektrische Geräte nur bei Bedarf in Betrieb nehmen (z. B. Lampen, PC, Drucker, Scanner, Kopierer).

Die Broschüre und das dazugehörige Faktenblatt sind hier zu finden

<https://publikationen.sachsen.de/bdb/artikel/11620>

[https://www.arbeitsschutz.sachsen.de/download/Faktenblatt\\_Hitze\\_2022.pdf](https://www.arbeitsschutz.sachsen.de/download/Faktenblatt_Hitze_2022.pdf)

### Hintergrund

#### Wirkung übermäßiger Hitze

- sinkende Leistungsfähigkeit bereits ab Temperaturen von 22 °C - pro zusätzlichem Wärmegrad um weitere 5 Prozent
- sinkende Motivation, vorzeitige Ermüdung, Konzentrationsschwäche
- vermehrte Schweißabgabe und erhöhte Herz-Kreislaufbelastung

Wirkung intensiver UV-Strahlung (Tageshöchstwerte ca. 11 - 15 Uhr Sommerzeit)

- Hautschäden
- Augenschäden
- Hautkrebs als Langzeitfolge

Wirkung hoher Ozonbelastung (Tageshöchstwerte ca. 16.00 bis 18.00 Uhr)

- Augenbrennen
- Reizgefühl in Hals und Rachen
- Atemnot und Kopfschmerzen

Hitzeerschöpfung ist die Reaktion des Körpers auf einen übermäßigen Verlust von Wasser und Salzen, die im Schweiß enthalten sind. Werden diese Verluste nicht ausgeglichen so kann es zu Symptomen wie Schwäche, blassgrauer feuchtwarmer Haut, Muskelkrämpfen, Übelkeit und Schwindel, Verwirrtheit, Fieber, Kreislaufkollaps oder Bewusstlosigkeit kommen.

Ein Hitzekollaps wird durch eine vermehrte Durchblutung der Haut zur Wärmeabgabe bei anhaltender Hitze und einer damit verbundenen kritischen Blutdrucksenkung hervorgerufen. Dabei wird die Hirndurchblutung so vermindert, dass es zu kurzfristiger Bewusstlosigkeit und zum Kollaps kommen kann.

Grundsätzliche Verhaltensmaßnahmen:

- o Betroffenen an einen schattigen, kühlen Ort bringen und Ruhe bewahren
- o Portionsweise kühle, elektrolythaltige, nichtalkoholische Getränke geben
- o kühlende Umschläge, Frischluft zuführen, ggf. Dusche oder Bäder
- o leichte und bequeme Kleidung, bzw. überflüssige Kleidung ablegen

Bei einer Verschlimmerung der Symptome und wenn diese länger andauern  
- Notarzt verständigen.

Weitergehende Informationen zum Thema Klimawandel und Arbeitsschutz stellt die Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin zur Verfügung

<https://www.baua.de/DE/Themen/Arbeitsgestaltung/Klimawandel-und-Arbeitsschutz>

### **Links:**

[Broschüre Tipps für heiße Sommertage am Arbeitsplatz](#)  
[Informationen zum Thema Klimawandel und Arbeitsschutz der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin](#)  
[Faktenblatt der Arbeitsschutzbehörde des Freistaates Sachsen: Schutz vor sommerlicher Hitze und UV-Strahlung](#)