

# Newsletter

## „healthy people – healthy business“

Nr. 12 | 2018

Dr. med. Dr. Sportwiss. Michael Suchodoll  
Facharzt für Arbeitsmedizin

Neuenhofstr. 194, 52078 Aachen und  
Pascalstraße 17, 52076 Aachen  
Fon 0241 - 99 01 89 - 0  
Fax 0241 - 99 01 89 - 11  
info@arbeitsmedizin-aachen.de  
www.arbeitsmedizin-aachen.de



”

*Liebe Leserinnen und Leser!*

*da habe ich mich zuerst doch etwas geärgert:*

*„Sehr geehrter Dr. Suchodoll,*

*nach Prüfung ihres Angebotes stelle ich fest, dass Sie etwas teurer sind als ... (ein Mitbewerber).*

*Wenn Sie diesen unterbieten, hätte ich einen Preisvorteil und damit ein positives Argument für Sie ...“*

*So weit, so gut. So sind halt die Einkäufer. Nur dass hier Äpfel mit Birnen verglichen wurden: Denn der von mir persönlich wie fachlich sehr geschätzte Mitbewerber-Kollege ist ein „Einzelkämpfer“, der die betriebsärztliche Tätigkeit mit Empathie, Engagement und hoher Kompetenz – aber eben alleine und ohne Praxis im Hintergrund – betreibt. Dass sich da auch Kosten anders darstellen lassen, versteht sich von selbst.*

*Das nochmal darzustellen, war mir ein Anliegen:*

*„Sehr geehrter Herr ...,*

*(...) Wir haben 50 Wochen pro Jahr durchgehend für Sie geöffnet. Sie haben bei uns 48 Stunden pro Woche direkten Zugriff auf Fachärzte für Innere, Chirurgie, Allgemeinmedizin, Arbeitsmedizin.*

*Wir haben Sportmediziner, Ernährungsmediziner, Sicherheitsingenieure, Sportlehrer. Unsere Psychologinnen helfen Ihnen nicht nur in Krisensituationen jederzeit ganz unkompliziert und kurzfristig.*

*Wir bilden Ihre Brandschutzhelfer aus, organisieren Ihren Gesundheitstag und unterweisen Sie am Defibrillator. Feste Ansprechpartner; Alles aus einer Hand; Alles unter einer Telefonnummer.*

*Wir sprechen fließend deutsch, englisch, französisch, spanisch, polnisch, niederländisch und türkisch. Wir zahlen Tarif, beschäftigen keine Kinder und parken kein Geld in Steueroasen. Wir sind rauf und runter zertifiziert, akkreditiert und auditiert und bilden uns intern und extern regelmäßig fort. Wir sind Ausbildungsstätte für Medizinische Fachangestellte, Hausärzte, Betriebsärzte und Sportmediziner.*

*Und das alles zu einem Preis, für den sich ein KFZ-Mechaniker noch nicht mal Ihr Auto auch nur anschaut (Dekra, KFZ-Stundensätze 2018). Wenn dann am Ende ein Preisvorteil von gerade mal 5 Euro/Monat (!) Ihr einziges positives Argument für uns wäre, muss ich leider passen. Dann buchen Sie gerne den Kollegen Mitbewerber."*

*In diesem Sinne,  
herzlichst,*



*Ihr Michael Suchodoll*

*P.S.: Er hat uns dann doch gebucht ;-)*



## Orga-Check: Arbeitsmedizinische Vorsorge



Die Arbeitsmedizinische Vorsorge dient der Prävention arbeitsbedingter Gesundheitsgefahren und der Früherkennung von Berufskrankheiten. Die arbeitsmedizinische Vorsorge wird durch betriebsärztliche Beratung sowie durch Pflicht-, Angebots- und Wunschvorsorge umgesetzt.

In diesem Zusammenhang tauchen immer wieder solche oder ähnliche Fragen auf:

- ▶ Ist – und **wie** ist – diese Vorsorge bei Ihnen im Betrieb organisiert?
- ▶ Wer ist zuständig für die Organisation?
- ▶ Wer macht die Termine mit dem Betriebsarzt aus?
- ▶ Wer lädt die Mitarbeitenden zu den Untersuchungen ein?
- ▶ Ist festgelegt, welcher Mitarbeiterkreis welche Untersuchungen bekommt?
- ▶ Ist der Unterschied zwischen Angebots-, Pflicht- und Wunschvorsorge bekannt?
- ▶ Werden für Tätigkeiten, bei denen eine arbeitsmedizinische Pflichtvorsorge erforderlich ist, ausschließlich Beschäftigte eingesetzt, die an der Vorsorge teilgenommen haben?
- ▶ Wird die Vorsorgebescheinigung im Betrieb archiviert? Mindestens zehn Jahre lang? Auch über das Ausscheiden eines Mitarbeitenden hinaus?
- ▶ Und last not least: Ist Ihnen und den Mitarbeitenden der Unterschied zwischen einer arbeitsmedizinischen Vorsorge (-untersuchung) und einer Eignungsuntersuchung klar? Auch mit den daran geknüpften umfangreichen datenschutz- und arbeitsrechtlichen Konsequenzen?

Wenn Sie alle Fragen mit „Ja“ beantworten können, sind Sie vorbildlich organisiert.

Herzlichen Glückwunsch. Wenn nicht, rufen Sie lieber mal kurz an ;-).

Gerne beraten wir Führungskräfte und Mitarbeitende in all diesen Fragen – auf der nächsten ASA-Sitzung, telefonisch oder zwischendurch.

### i

Im sogenannten Orga-Check, einem Angebot der gemeinsamen deutschen Arbeitsschutzstrategie (GDA) werden alle Aspekte des betrieblichen Arbeits- und Gesundheitsschutzes in Form einer Checkliste abgefragt. Der Orga-Check steht in einer Basis- und einer Vollversion unter [www.gda-orgacheck.de](http://www.gda-orgacheck.de) online zur Verfügung. Zusätzlich werden dort Apps für IOS und Android zum Download bereitgestellt.



## Was ist eigentlich ein „Beschäftigungsverbot nach Mutterschutzgesetz“?

Ein Beschäftigungsverbot dient dazu, die Gesundheit einer schwangeren oder stillenden Frau und ihres Kindes vor potentiell schädigenden Einflüssen am Arbeitsplatz zu schützen.

Dazu sind im aktuellen Mutterschutzgesetz 2018 (MuSchG) zum Teil neue Vorgaben gemacht worden. Hierzu gehört auch, dass die Rahmenbedingungen am Arbeitsplatz jetzt anlassunabhängig, d.h. auch ohne dass eine Schwangerschaft vorliegt, beurteilt werden müssen.

Dazu haben wir als Betriebsärzte eine spezielle Checkliste entwickelt, die die Vorgaben des Mutterschutzgesetzes abfragt und im Ergebnis zu den gemäß § 10 MuSchG möglichen Beurteilungen führt:

- a. Es sind keine Schutzmaßnahmen erforderlich. Eine schwangere oder stillende Mitarbeiterin kann uneingeschränkt weiter arbeiten.
- b. Es sind Umgestaltungen der Arbeitsbedingungen erforderlich. Nach erfolgter Umgestaltung kann eine schwangere oder stillende Mitarbeiterin ihre Tätigkeit weiter ausüben.
- c. Eine Fortführung der Tätigkeit an diesem Arbeitsplatz ist nicht möglich. Hier gilt dann, falls ein Arbeitsplatzwechsel nicht möglich ist, ein sogenanntes betriebliches Beschäftigungsverbot.

Ein solches „betriebliches Beschäftigungsverbot“ gilt arbeitsplatz- oder tätigkeitsbezogen

- ▶ für alle Schwangeren und Stillenden an diesem Arbeitsplatz,
- ▶ sofort ab Bekanntgabe der Schwangerschaft und
- ▶ wird vom Arbeitgeber ausgesprochen.

Ein generelles Beschäftigungsverbot gilt z.B. für

- ▶ die Mutterschutzfristen (sechs Wochen vor und acht Wochen nach der Entbindung),
- ▶ Nachtarbeit,
- ▶ Akkordarbeit,
- ▶ schwere körperliche Arbeit, Heben und Tragen von Lasten oder
- ▶ Tätigkeiten mit erhöhter Unfallgefahr.

Solche Tätigkeiten oder Arbeitszeiten sind für Schwangere grundsätzlich verboten.

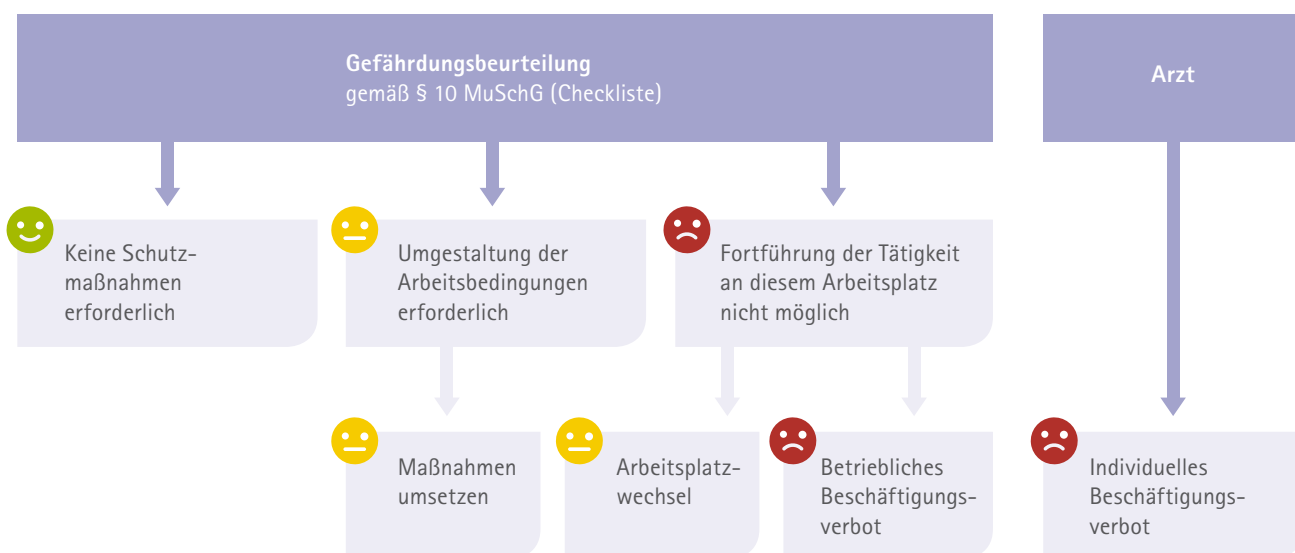
Unabhängig von einem generellen oder betrieblichen Beschäftigungsverbot kann der Arzt im Einzelfall ein sogenanntes „individuelles Beschäftigungsverbot“ aussprechen. Das individuelle Beschäftigungsverbot berücksichtigt individuelle, d.h. in der Schwangerschaft oder der Person der Schwangeren begründete Risiken für Mutter und Kind. Dazu zählen z.B.

- ▶ Risikoschwangerschaften,
- ▶ drohende Früh- oder Fehlgeburt,
- ▶ Übelkeit und Erbrechen oder
- ▶ auch psychische Belastungen am Arbeitsplatz.

Dabei ist für die jeweilige Schwangere lediglich die Fortführung der Tätigkeit gesundheitsgefährdend, nicht die konkrete Arbeit oder der Arbeitsplatz an sich.

Das individuelle Beschäftigungsverbot kann nur von einem Arzt ausgesprochen werden. Es kann total oder partiell sein, d.h. es kann jegliche Tätigkeit untersagen oder als partielles Beschäftigungsverbot nur bestimmte Tätigkeiten oder Zeiten einschränken.

Beide Formen, also sowohl das generelle als auch das individuelle Beschäftigungsverbot, sind bindend für Arbeitgeber und Arbeitnehmerin. Für Nacht- und Sonntagsarbeit sind Ausnahmen möglich. Während eines Beschäftigungsverbots erhält die Schwangere weiterhin ihr ungekürztes Gehalt. Dem Arbeitgeber wird die Gehaltsfortzahlung von der Krankenkasse erstattet (Umlageverfahren U2).



**i** Scheuen Sie aufgrund der Komplexität der Thematik keine Rückfragen. Wir stehen Ihnen gerne mit Rat und Tat (und Checkliste) zur Verfügung.

## Gesund in die Sonne



Ein Schutz vor der Sonne ist wichtig – besonders im Sommer. Wer glaubt, auf Sonnenschutzmittel verzichten zu können, um schnell braun zu werden, lebt gefährlich. Denn jeder Sonnenstrahl wandert quasi auf ein eigenes ‚Sonnenkonto‘. Ist es zu prall gefüllt, spüren wir es an unserer Haut – und die vergisst nicht. Auf zu viel Sonneneinstrahlungen folgen schmerzende Sonnenbrände, Hautalterung, Falten und im schlimmsten Fall Hautkrebs.

Laut Aussagen der Deutschen Krebsgesellschaft erkranken in Deutschland pro Jahr mehr als 21.000 Menschen am sogenannten schwarzen Hautkrebs. Dabei gehen Sonnenanbeter ein besonders hohes Risiko ein, denn die ultraviolette (UV-) Strahlung der Sonne gilt als der wichtigste Risikofaktor von außen. Daneben spielt auch der individuelle Hauttyp eine Rolle: Menschen mit heller Haut und vielen Muttermalen sind gefährdeter als dunkle Hauttypen. Wer auf Nummer sicher gehen möchte, schützt sich vor der Sonne und lässt Muttermale regelmäßig vom Hautarzt kontrollieren.

### So schützen Sie sich richtig

- ▶ Egal ob Sie den Sommer im Schatten oder in der Sonne genießen, nutzen Sie eine Sonnenmilch mit einem hohen Lichtschutzfaktor (LSF). Dieser zeigt an, um welchen Faktor sich die Eigenschutzzeit der Haut verlängert. Erwachsene sollten mindestens zu LSF 20 greifen, Kinder oder Arbeitnehmer, die im Rahmen der Ausübung ihres Berufs viel draußen sind, entsprechend einen höheren.
- ▶ Besonders gefährdet sind die sogenannten ‚Lichtterrassen‘ des Körpers: Schulter, Nacken, Gesicht, Nase, Ohren, Dekolleté, Arme, Oberkopf. Also cremen Sie sich nicht nur beim Sonnenbaden, sondern auch bei Spaziergängen, Sport, Gartenarbeit etc. ein.

- ▶ Cremen Sie sich frühzeitig ein, denn der Schutz beginnt erst nach ca. 30 Minuten.
- ▶ Denken Sie daran, sich alle zwei Stunden nachzucremen. Wer baden geht oder viel schwitzt, sollte die Sonnenmilch schon früher wieder nutzen.
- ▶ Schützen Sie sich zusätzlich mit Sonnenschirm, Sonnenbrille mit UV-Schutzgläsern, Hut und dunkler Kleidung aus dichtem Material.
- ▶ Schatten ist der beste Sonnenschutz. Er kann die UV-Strahlung um 50 bis 95 Prozent vermindern. Allerdings schützt nicht jeder Schatten gleich: Dichtes Blattwerk von Bäumen oder Sträuchern, ein Terrassendach o.ä. eignen sich gut. Viele Sonnenschirme spenden dagegen zwar Schatten, haben jedoch keinen UV-Schutz.
- ▶ Machen Sie ‚Siesta‘ wie die Südländer, d.h. meiden Sie die direkte Sonneneinstrahlung in der Mittagszeit zwischen 11 und 15 Uhr. Verbringen Sie diese Zeit im Schatten, am besten in kühlen Räumen.

---

## Wir gratulieren...

... unseren Mitarbeiterinnen **Elisabeth Sprenger** und **Conny Töpfer** herzlich zu ihren jeweiligen Hochzeiten sowie **Dorina Konze** zur Geburt ihrer Tochter Fleur.

