



HEALTHY PEOPLE – HEALTHY BUSINESS

Nr. 27 | 2025



Liebe Leserinnen und Leser,

Wussten Sie, dass in Aachen Medizin-Geschichte geschrieben wurde?

Vor gut zehn Jahren, Sozialgericht Aachen unter Vorsitz des Richters Dr. Merten: Der 64-jährige Dachdecker A. verklagt die Bau-Berufsgenossenschaft (BG) auf Anerkennung seiner Hautkrebsvorstufe als Berufserkrankung. Bei der Vorsorge waren verdächtige Hautstellen entdeckt worden. Der Dachdecker ist überzeugt, dass das von den stundenlangen Tätigkeiten in der prallen Sonne kommt. Der Berufsgenossenschaft dagegen ist klar, dass die Sonne ja auch privat auf ihn scheint. Hautkrebs als Berufserkrankung ist seit über 100 Jahren bekannt, aber Hautkrebs durch beruflich bedingte UV-Strahlung wäre neu. Hautkrebsvorstufen erst recht. Lange Verhandlung, Gutachten hin und her, dann die Entscheidung: Die BG muss die Präkanzerose anerkennen.

Und es geht noch weiter: Die BG verzichtet auf die Berufung und erkennt das Urteil damit an, welches so Signalwirkung für die gesamte deutsche Sozialgerichtsbarkeit hat. Und in der Folge führen die



Berufsgenossenschaften kurze Zeit später die verpflichtende Hautkrebsvorsorge für UV-exponierte Beschäftigte ein. Hautkrebs durch UV-Exposition ist seitdem Teil der offiziellen Liste der Berufskrankheiten.

Schon die Römer kannten die „Krankheiten der Handwerker“, wussten von den Hautproblemen der Färber und der Atemnot der Steinbrecher. Mit der Häufung von Haut- und Hodenkrebs bei ganz jungen englischen Schornsteinfegern begann im späten 19. Jahrhundert die moderne Arbeitsmedizin. Diese definierte im Verlauf eine ganze Reihe von Berufskrankheiten, z. B. die Staublung der Bergleute – ganz präsent auch im Aachener Revier auf den Gruben Anna in Alsdorf oder Emil-Mayrisch in Siersdorf. Oder die Lärmschwerhörigkeit in so vielen Bereichen der Industrie, wo die Älteren am Ende ihres Berufslebens fast taub und sozial isoliert in die Rente dämmern. Die bösartige Wucherung des Rippenfells bei Asbest, die Leukämie bei Benzol oder die Bleivergiftung im Blut.

Immer war es die Arbeitsmedizin, die Zusammenhänge aufgedeckt, Ursachen erforscht und Methoden zur Früherkennung entwickelt hat. Und diese Erkenntnisse haben nach und nach Einzug gehalten in die Gesetzgebung.

Seit über 50 Jahren verpflichtet mittlerweile das Arbeitssicherheitsgesetz (ASiG) Unternehmen zur aktiven Inanspruchnahme betriebsärztlicher und sicherheitstechnischer Expertise: Verordnungen regeln den Umgang mit Gefahrstoffen, Strahlung oder Bildschirmarbeit, definieren detailliert Berufskrankheiten und deren Vorsorge.

So ist der Arbeits- und Gesundheitsschutz in Deutschland mittlerweile auf höchstem Niveau etabliert. Die Todesfälle aufgrund von Berufskrankheiten gehen seit Jahren kontinuierlich zurück. Gleiches gilt für die tödlichen Arbeitsunfälle, die 2023 so niedrig waren wie noch nie. Eine echte Erfolgsstory!

... Sollte man meinen.

Aber da ist eben auch die Kehrseite der Medaille: Betriebsärzte und Fachkräfte für Arbeitssicherheit (Sifas) kosten Geld. Untersuchungen, Arbeitsschutzausschüsse (ASAs) und Begehungen kosten Zeit. Der gesamte Arbeitsschutz kostet Management-Attention. Und was machen da die Berufsgenossenschaften?

Kippen im November 2024 die alte Vorschrift für Betriebsärzte und Fachkräfte für Arbeitssicherheit. Unter dem Deckmantel von „Bürokratie-Abbau“ oder „Konzept-gegen-Betriebsärzte-Mangel“ bleibt für Kleinbetriebe jetzt nur noch eine optionale Alibi-Betreuung in einem Umfang von „Null“ Stunden alle 5 Jahre oder ein „Kompetenz-Zentrums-Modell“ übrig. Letzteres funktioniert übrigens bei der Bau-BG seit Jahrzehnten schon nicht – bei genau der BG, die beim Sozialgericht Aachen seinerzeit unterlegen war. Und das soll jetzt Modell für alle werden?

Und wie erkläre ich dieses neue, rudimentäre Schutzkonzept jetzt der Sonne? Dass sie lieber nur noch auf Beschäftigte von Großbetrieben scheinen soll? Denn die werden wenigstens weiter gut betreut? Die Kleinen müssen dann weiter mit ihren Präkanzerosen leben?

Liebe Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung: Da wäre mehr drin gewesen!

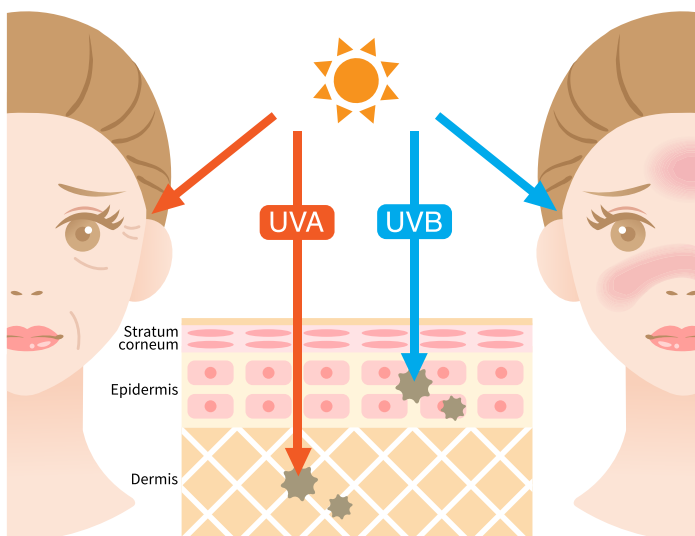


Viel Spaß beim Lesen, herzlichst
Ihr **Michael Suchodoll**

Auswirkungen des Klimawandels auf die Arbeitsmedizin – Sommer, Sonne, Hautkrebs?

Der Klimawandel zeigt sich nicht nur an den Polkappen, sondern auch in unseren Breiten: Simulationen zeigen, dass es in Deutschland wärmer und trockener wird. Die Jahresdurchschnittstemperatur hat sich nach Angaben des Deutschen Wetterdienstes in den vergangenen 100 Jahren um 2°C erhöht. Auch die Anzahl der sonnigen Tage nimmt zu, was sich vor allem auf Beschäftigte auswirkt, die im Freien arbeiten.

Obwohl der Sonne viele positive Eigenschaften zugeschrieben werden – Vitamin D-Bildung, Stimmungsaufheller, Energielieferant (s. Folgeartikel) – zeigen sich auch ihre Schattenseiten: Erkrankungen wie Hitzeschlag, Sonnenstich und die Gefahr, an den Auswirkungen der schädigen UV-Strahlung zu erkranken, nehmen zu.



Wirkung von UV-Strahlung

UV-Strahlung gelangt in unterschiedlicher Wellenlänge mit dem Sonnenlicht auf die Erde. Es gilt: Je kürzer die Wellenlänge, desto energiereicher und gefährlicher ist die Strahlung. Wasser, Sand und Schnee reflektieren die Strahlung wie ein Spiegel und verstärken die Wirkung. Darüber hinaus führt die Ausdünnung der Ozonschicht dazu, dass vermehrt UV-Strahlen die Erdoberfläche erreichen können. Hinsichtlich der Gefahr für den Menschen unterscheidet man nach UV-A- und UV-B-Strahlen:

- ▶ **UV-A-Strahlung** dringt tief in die Haut ein. Sie bewirkt eine frühzeitige Hautalterung, Hautkrebs und am Auge den grauen Star. Sie dringt auch durch Fensterglas.
- ▶ **UV-B-Strahlung** dringt weniger tief ein. Sie ist hauptverantwortlich für Sonnenbrand, fördert Hautkrebs oder auch Horn- und Bindehautentzündung der Augen. Die UV-B-Strahlung durchdringt Wasser, jedoch kein Fensterglas.

Die Zeit, in der die Haut der Sonne ungeschützt ausgesetzt ist, scheint der entscheidende Einfluss zu sein, was die Folgeschäden angeht. Sie summiert sich im Laufe des Lebens. Je länger die Gesamtzeit und je intensiver die Sonnenstrahlung ist, desto größer ist das Risiko, an Hautkrebs zu erkranken. Wichtig zu wissen ist, dass Hautkrebs auch ohne Sonnenbrand entstehen kann!

Man unterscheidet zwischen schwarzem und weißem Hautkrebs. Melanome, der schwarze Hautkrebs, bilden häufig Absiedlungen, sogenannte Metastasen, die sich auf weiterer Haut, aber auch auf inneren Organen festsetzen können. Melanome können sich aus zuvor gutartigen Leberflecken oder vollständig neu bilden.

Hautkrebs als Berufserkrankung

Seit dem Aachener Urteil in 2015 werden Plattenepithelkarzinome oder multiple aktinische Keratosen der Haut durch natürliche UV-Strahlung als Berufserkrankung anerkannt. Allein im Jahr 2019 sind 2457 Verdachtsanzeigen auf diese Berufserkrankungen bei der Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau (SVLFG) eingegangen. Ähnliche Zahlen zeigen sich auch im Baubereich (BG Bau, 2019: 3131 angezeigte Fälle). Es ist anzunehmen, dass diese Zahlen in den nächsten Jahren weiter ansteigen.

Darauf hat der Gesetzgeber reagiert und eine weitere Angebotsvorsorge „Tätigkeiten im Freien mit intensiver Belastung durch natürliche UV-Strahlung von regelmäßig einer Stunde oder mehr je Tag“ (Arbeitsmedizinische Regel AMR 13.3) ergänzt:

§

(1) Die AMR gilt für Tätigkeiten im Freien mit intensiver Belastung durch natürliche UV-Strahlung (Sonnenstrahlung) (...)

...

(3) Arbeitgeber haben Maßnahmen des Arbeitsschutzes zu treffen, durch die die Belastung durch natürliche UV-Strahlung möglichst gering gehalten wird. Sie haben Beschäftigten vor Aufnahme der Tätigkeit und anschließend in regelmäßigen Abständen arbeitsmedizinische Vorsorge anzubieten bei Tätigkeiten im Freien mit intensiver Belastung durch natürliche UV-Strahlung von regelmäßig einer Stunde oder mehr je Tag

(4) ... Auch wenn die Kriterien (> 1 Stunde pro Tag) nicht erreicht werden, können Belastungen durch natürliche UV-Strahlung nicht ausgeschlossen werden, sodass Beschäftigten Wunschvorsorge ... zu ermöglichen ist.

Die Angebotsvorsorge für Tätigkeiten mit intensiver Belastung durch natürliche UV-Strahlung dient der Aufklärung und Beratung der Beschäftigten über deren persönliche Gesundheitsrisiken. Sie ermöglicht darüber hinaus die Früherkennung arbeitsbedingter Erkrankungen, vor allem des weißen Hautkrebses. Dieser entsteht durch langjährige intensive Sonneneinstrahlung und tritt bevorzugt an den sogenannten Sonnenterrassen auf. Dazu zählen zum Beispiel Nase, Ohren, Lippen, Nacken und Hände.



Fazit

Damit alle gesund bleiben, ist es wichtig, sich der Risiken bewusst zu sein und die geeigneten Schutzmaßnahmen gegen zu viel Sonneneinstrahlung zu kennen. Unterstützung bei der Umsetzung im Arbeitsalltag bieten Vorsorgeuntersuchungen durch Betriebsärzte und Präventionsangebote der gesetzlichen Unfallversicherung.



Sehnsucht nach Frühling

Wer kennt es nicht: Wenn die Sonne scheint, dann hebt sich unsere Stimmung und wir fühlen uns direkt aktiver. Woran liegt das? Sicherlich hat die Sonne eine psychologische Wirkung – gerade nach einem Winter mit kurzen Tagen, Nebel, Kälte und Bewölkung sehnen wir uns nach Wärme, Licht und blauem Himmel.

Aber auch Hormone und Botenstoffe wie das Glückshormon Serotonin, das Schlafhormon Melatonin oder das Sonnen-Vitamin D spielen eine Rolle. Letzteres wollen wir uns in diesem Artikel etwas genauer anschauen:

Durch Sonne zu mehr Vitamin D

Vitamin D ist im eigentlichen Sinne gar kein echtes Vitamin, sondern gehört in die Familie der Steroidhormone, wie auch Östrogen und Testosteron. Der Körper kann Vitamin D mithilfe der UV-B-Strahlen der Sonne herstellen, und zwar in der Haut.

Bei ausreichender Sonnenbestrahlung – also im Sommer oder im Sonnenurlaub – kann der Körper den Großteil des benötigten Vitamins (80 bis 90 Prozent) selbst produzieren. Im Winter ist in unseren Breiten die Sonnenstrahlung jedoch zu schwach für eine ausreichende Vitamin-D-Produktion in der Haut.

Hilft der Besuch im Solarium?

Einige Menschen setzen daher in der kalten Jahreszeit zur Unterstützung auf den Besuch im Sonnenstudio. Diese Idee ist allerdings nicht zu empfehlen: Die UV-B-Strahlen der Sonnenbänke können mit der Mittagssonne im hochsommerlichen Mittelmeerraum mithalten. Sie können damit viel zu stark für unsere Haut sein. Auch die UV-A-Strahlen können 6- bis 10-mal so hoch sein wie echte Sonne. Laut wissenschaftlichen Studien wird damit möglicherweise der Abbau von Vitamin D sogar gefördert und ist damit kontraproduktiv. Vor allem aber erhöht die intensive UV-A-Bestrahlung in Solarien das Risiko für Hautkrebs.

Sommer, Sonne, Vitamin D?

Zu viel Sonne – egal ob echt oder künstlich – schadet also der Haut. Deswegen benutzen die meisten von uns Sonnenschutzcreme, die allerdings ab Lichtschutzfaktor 10 das UV-B-Licht nicht mehr durch die Haut lässt. Aber UVB-Licht braucht doch die Haut, um Vitamin D herstellen zu können? Hört sich nach einer Pattsituation an. Aber wie immer ist auch hier ein gesunder Mittelweg die Lösung.

Zur Orientierung dienen folgende Werte, um Gesicht, Arme und Hände unbedeckt und ohne Sonnenschutzmittel der Sonne auszusetzen:

	Sonnenlichtbestrahlung bei Hauttyp I/II	Sonnenlichtbestrahlung bei Hauttyp III
☀️ März bis Mai	10 - 20 Minuten	15 - 25 Minuten
☀️ Juni bis August	5 - 10 Minuten	10 - 15 Minuten
☀️ September bis Oktober	10 - 20 Minuten	15 - 25 Minuten

Hauttyp I/II: helle bis sehr helle Hautfarbe, hellrotes oder blondes Haar, blaue oder grüne Augen

Hauttyp III: mittlere Hautfarbe, dunkle Haare, braune Augen



Typ I



Typ II



Typ III



Typ IV



Typ V



Typ VI



UV sensitiv



UV resistent





Wie kann die Ernährung unterstützen?

Die Ernährung hat mit etwa 10 bis 20 Prozent nur einen geringeren Anteil an der Versorgung mit Vitamin D. Nur wenige natürliche Lebensmittel sind reich an Vitamin D. Meist handelt es sich um tierische Quellen wie fettige Fischarten, weniger um pflanzliche Produkte wie einige Speisepilze. Daher sind vegan lebende Menschen besonders anfällig für eine Unterversorgung bei mangelndem Aufenthalt in der Sonne.

Kontrollbesuche beim Arzt

Wer seinen Vitamin-D-Spiegel durch eine Blutuntersuchung genau wissen möchte, um evtl. mit Nahrungsergänzungspräparaten unterstützen zu können, sollte eine Arztpraxis aufsuchen, in der man sich genau mit dieser Thematik auskennt. Denn Vitamin D hat einige befreundete Nährstoffe, die mitbetrachtet werden sollten. Alles sehr komplex, da viele Hormone, Vitamine und Spurenelemente irgendwie zusammenhängen.

Und warum das Ganze?

Vitamin D unterstützt das Immunsystem und die Muskulatur und dient der Knochengesundheit. Ein Mangel kann viele Krankheiten beeinflussen, u.a. (Winter-) Depressionen.

Auf jeden Fall hilft Bewegung an der frischen Luft und bei Tageslicht, um unsere Geister nach dem Winter zu beleben und einen ausgeglichenen Hormonhaushalt zu fördern. Wenn zusätzlich auf eine gesunde Ernährung mit ausreichend Obst und Gemüse geachtet wird, dann sind die Voraussetzungen für einen guten Frühlingsstart gegeben.



Praxis Dr. Suchodoll – Wir stellen uns vor



Carola Reichert ist Fachärztin für Allgemeinmedizin und unterstützt uns seit April 2024. *„Mit der Arbeitsmedizin habe ich die Möglichkeit, Menschen an dem Ort zu beraten, an dem sie einen großen Teil ihres Lebens verbringen und diesen gesunderhaltend mitzugestalten. Mir macht die Vielfaltigkeit meiner Aufgaben sowie die Begegnungen mit unterschiedlichsten Menschen in ihrem jeweiligen Arbeitsumfeld viel Freude.“*

Carola Reichert ist verheiratet und hat zwei erwachsene Kinder. Ihre Freizeit verbringt sie gerne in der Natur oder bei einem leckeren Essen mit Freunden und der Familie. Sie engagiert sich ehrenamtlich in ihrer Kirchengemeinde.



Michael Jost arbeitet ebenfalls seit April 2024 in unserer Praxis. Er befindet sich zurzeit in der Weiterbildung zum Facharzt für Arbeitsmedizin.

„Mich motiviert die große inhaltliche Bandbreite der Arbeitsmedizin. Jeder Tag bringt neue Themen, Kontakte zu unterschiedlichen Menschen und Einblicke in verschiedene Arbeitswelten, bei denen ich mich sowohl fachlich als auch persönlich weiterentwickeln kann. Die Möglichkeit, durch meine Arbeit positive Veränderungen in der Arbeitswelt mitzugestalten, macht meine Tätigkeit für mich besonders erfüllend. Ein großer Pluspunkt ist für mich das Miteinander in unserem Praxisteam: Der Austausch im multiprofessionellen Team ist nicht nur fachlich bereichernd, sondern macht auch im Alltag einfach Spaß.“

Herzlich willkommen, benvenuto, اهلا وسهلا ومرحبا بكم



In unserem interdisziplinären Team haben wir seit Januar nochmal Verstärkung in unseren Sprachkompetenzen bekommen. Wir sprechen jetzt:

- arabisch
- bulgarisch
- englisch
- französisch
- italienisch
- kroatisch
- mazedonisch
- niederländisch
- persisch
- polnisch
- portugiesisch
- russisch
- serbisch
- slowenisch
- spanisch
- türkisch
- vietnamesisch
- und ... öcher Platt ;)

News aus unserer Praxis

Neues Design

Seit Januar ist endlich unsere neue Arbeitskleidung da: Polos, Blusen, Blazer, Westen und Jacken im individuellen Design. Hoher Tragekomfort, nachhaltig produziert, deutscher Hersteller – als Ausdruck unserer Zusammengehörigkeit als Team nach innen und außen, über die Tätigkeiten der Einzelnen hinaus.

Kleiner Spoiler vorab: Im Laufe des Jahres wird es neben der dezenten und seriösen Business Line auch eine mehr freizeit-orientierte Friends & Family-Kollektion geben. Wahrscheinlich in limitierter Edition – Infos folgen.



Neue Parkmöglichkeiten für Radfahrer

Wir freuen uns, dass wir neben unserem Parkhaus für die Autofahrer nun auch unseren radelnden Patienten und Kunden einen optimalen Parkplatz für ihre Fahrräder anbieten können.

Orga-Check: Arbeitsschutz im Betrieb

Jeder Arbeitgeber ist verantwortlich für die Einhaltung der gesetzlichen Vorschriften zum Arbeits- und Gesundheitsschutz in seinem Unternehmen. Dabei müssen gesetzliche Forderungen eingehalten werden. Dazu gehören z. B. folgende:

- ▶ Jedes Unternehmen benötigt einen Betriebsarzt. Er muss schriftlich bestellt werden und fungiert als Berater mit spezieller arbeitsmedizinischer Fachkunde. Er unterstützt den Arbeitgeber in allen Fragen des betrieblichen Arbeits- und Gesundheitsschutzes. Dazu gehören die Durchführung der arbeitsmedizinischen Vorsorge, ergonomische Themen, Fragen zum Arbeitsrhythmus, zu Arbeitszeiten und Pausenregelungen, zur Gestaltung der Arbeitsplätze, zur Wiedereingliederung oder zur Gefährdungsbeurteilung.
- ▶ Jedes Unternehmen benötigt außerdem eine Fachkraft für Arbeitssicherheit (Sifa). Auch diese ist schriftlich zu bestellen. Sie berät und unterstützt mit spezieller sicherheitstechnischer Fachkunde den Arbeitgeber in allen Fragen des Arbeitsschutzes. Dazu gehören Fragen wie Planung und Unterhalt von Betriebsanlagen, Beschaffung von Arbeitsmitteln, Einführung von Arbeitsverfahren und Arbeitsstoffen oder Durchführung der Gefährdungsbeurteilungen.
- ▶ Unternehmen mit (i.d.R.) mehr als 20 Beschäftigten benötigen darüber hinaus Sicherheitsbeauftragte. Sie handeln in einem für sie überschaubaren Betriebsbereich (z.B. Abteilung oder Produktionsbereich) in dem sie sich auskennen und in dem sie auch bei den übrigen Beschäftigten bekannt und anerkannt sind. Ihre Aufgabe ist es, die im Betrieb für den Arbeitsschutz verantwortlichen Personen direkt am Arbeitsplatz zu unterstützen, indem sie auf sicherheits- und gesundheitsgerechtes Verhalten unter Kollegen hinwirken.
- ▶ In Betrieben mit mehr als 20 Beschäftigten ist ein Arbeitsschutzausschuss (ASA) zu bilden. Dieser setzt sich zusammen aus dem Arbeitgeber oder einem von ihm Beauftragten, zwei vom Betriebsrat bestimmten Betriebsratsmitgliedern, dem Betriebsarzt, der Fachkraft für Arbeitssicherheit sowie den Sicherheitsbeauftragten. Der Ausschuss hat die Aufgabe, Fragen des Arbeitsschutzes im Betrieb zu beraten und tritt dazu mindestens einmal vierteljährlich zusammen.

Mit der Neufassung der DGUV Vorschrift 2 (siehe Leitartikel) werden in Kürze alternative Betreuungsmodelle für Betriebe bis 20 bzw. 50 Beschäftigte möglich. Gerne beraten wir Sie auf Wunsch dazu.



Weitere Informationen

Sie haben Fragen zum Arbeits- und Gesundheitsschutz? Sie sind sich nicht sicher, ob Sie alle rechtlichen Grundlagen erfüllen? Ihr Unternehmen ist zu klein, um die notwendigen Aufgaben selbst zu erfüllen? Mit unserem breit aufgestellten Team bieten wir für alle Branchen und Unternehmensgrößen den kompletten Arbeits- und Gesundheitsschutz aus einer Hand. Sprechen Sie uns gerne unverbindlich an.