

Pressemitteilung

Klimaanlagen belasten den Körper ähnlich stark wie Wetterextreme

Frankfurt, 3. August 2018 – Jedem zweiten Berufstätigen machen Wetterumschwünge, bei denen auf große Hitze immer öfter Unwetter mit Temperaturstürzen folgen, zu schaffen. Sie klagen über Schlafstörungen, Kreislaufprobleme oder Kopfschmerzen. Durch Klimaanlagen können sich diese Probleme verstärken, denn ein künstlich herbeigeführter Temperatenausgleich belastet den Organismus ähnlich stark. „Grundsätzlich kommen Arbeitgeber, die in Büros Klimaanlagen installieren lassen, ihrer Fürsorgepflicht nach, denn laut Arbeitsschutzgesetz sollte die Temperatur im Büro 26 Grad nicht überschreiten. Dennoch ist eine zu intensive Nutzung dieser Kühlsysteme für die Gesundheit unter Umständen riskant“, sagt Norbert Sudhoff, Landesgeschäftsführer der BARMER in Hessen.

Kälteschock ist das Problem

Es verwundert daher nicht, dass Klimaanlagen von Berufstätigen als genauso störend empfunden werden wie hohe Raumtemperaturen. Dabei hat der Körper erst einmal kein Problem damit, denn er ist darauf ausgelegt, seine Temperatur konstant bei 37 Grad zu halten. Bei Hitze gelingt ihm das durch Schwitzen, denn Schweiß senkt die Körpertemperatur. Bei Kälte hingegen ziehen sich die Gefäße zusammen, damit der Körper nach außen weniger Wärme abgibt. Der von Klimaanlagen erzeugte künstliche Temperatenausgleich irritiert dagegen den Körper. „Das heißt, wenn man aus der Hitze kommend und möglicherweise noch nass geschwitzt einen zu kühlen Raum betritt, droht ein Kälteschock, der das Immunsystem schwächt. Dann haben die Viren leichtes Spiel mit allen unschönen Folgen, auch für die Betriebsabläufe in den Büros“, erläutert Sudhoff.

Was tun?

Die Klimaanlage nicht zu kalt einstellen oder ganz darauf verzichten, denn auch in den frühen Morgenstunden ausreichend zu lüften, ist ein probates Mittel gegen Bürohitze. Genauso wie sommerleichte Kleidung, ausreichende Flüssigkeitszufuhr oder leichte Sommerkost welche sind. „Arbeitgeber könnten an heißen Tagen auch den Dresscode lockern, Wasserspender bereitstellen

**Landesvertretung
Hessen**

Erlenstraße 2
60325 Frankfurt/M.

www.barmer.de/presse-hessen
www.twitter.com/BARMER_HE
presse.hessen@barmer.de

Brigitte Schlöter
Tel.: 0800 333004352230
brigitte.schloeter@barmer.de

oder auf ein sommerkompatibles Speisenangebot in der Kantine achten“, empfiehlt Norbert Sudhoff.

Büroklima nervt am meisten

„Was empfinden Sie am Arbeitsplatz und auf dem Weg dahin als störend?“

Angaben in Prozent



Quelle: Statista/Union Investment