

## **Pressemitteilung**

### **Hitzewelle: Klimaanlagen belasten ähnlich stark wie Wetterextreme**

Stuttgart, 25. Juli 2018 – In Büros und Geschäftsräumen ist die Klimaanlage momentan im Dauereinsatz. Doch nicht wenigen Menschen macht sie ähnlich zu schaffen wie Wetterextreme, bei denen auf eine Hitzewelle ein Unwetter mit Temperatursturz folgt. Dann klagen viele über Schlafstörungen, Kopfschmerzen oder Kreislaufprobleme. Klimaanlagen können diese Beschwerden verstärken, denn der künstlich herbeigeführte Temperatursturz belastet den Organismus ähnlich stark. „Laut Arbeitsschutzgesetz sollte die Temperatur im Büro 26 Grad nicht überschreiten. Von daher kommen Arbeitgeber, die eine Klimaanlage installieren lassen, ihrer Fürsorgepflicht nach. Aber von vielen Berufstätigen werden Klimaanlagen als genauso störend empfunden wie zu hohe Raumtemperaturen“, sagt Winfried Plötze, Landesgeschäftsführer der BARMER Baden-Württemberg.

#### **Der Kälteschock ist das Problem**

Grundsätzlich hat unser Körper mit Hitze und Kälte kein Problem, denn er ist darauf angelegt, seine Temperatur konstant auf 37 Grad zu halten. Bei Hitze gelingt ihm das durch Schwitzen, bei Kälte ziehen sich die Gefäße zusammen, damit die Haut weniger Wärme nach außen abgibt. Der von den Klimaanlagen künstlich erzeugte, plötzliche Temperatursturz aber irritiert den Körper.

„Momentan ist es sehr heiß. Wenn man aus der großen Hitze kommt und womöglich verschwitzt einen klimatisierten Raum betritt, dann ist das für den Körper wie ein kleiner Kälteschock, der das Immunsystem schwächt. Dann haben Viren leichtes Spiel und das erklärt auch, weshalb viele Menschen selbst im Hochsommer erkältet sind“, erklärt Plötze.

#### **Tipps fürs Büroklima**

In den Morgenstunden lüften, sommerliche Kleidung tragen, viel trinken und leichte Kost sind probate Mittel gegen ein überhitztes Büroklima. Dann kann die Klimaanlage im besten Fall aus bleiben. Die Arbeitgeber könnten während der Hitzewelle den Dresscode lockern, in der Kantine Sommersalat statt Spätzle mit Soße anbieten und Wasserspender bereitstellen. Auch das ist eine Form der Fürsorgepflicht.

**Landesvertretung  
Baden-Württemberg**

Torstraße 15  
70173 Stuttgart

[www.barmer.de/presse-p006122](http://www.barmer.de/presse-p006122)  
[www.twitter.com/BARMER\\_BW](http://www.twitter.com/BARMER_BW)

Marion Busacker  
Tel.: 0800 33 30 04 35 11 30  
[marion.busacker@barmer.de](mailto:marion.busacker@barmer.de)

## Service für Redaktionen



Redaktionen können dieses Motiv kostenfrei im Rahmen ihrer Berichterstattung nutzen. Bitte verwenden Sie dabei als Quellenhinweis „BARMER“.