

Gesunder Arbeitsplatz in vier Schritten

Wie Arbeitgeber die Gesundheit Ihrer Mitarbeitenden schützen

Der Winter ist da – und mit ihm der typische Mief am Arbeitsplatz. Es wird viel geheizt und wenig gelüftet. Entzündete Atemwege, tränende Augen, Kopfschmerzen und Schlafbeschwerden treiben die Krankmeldungen in die Höhe. Die gute Nachricht: Arbeitgeber können etwas dagegen tun.



Arbeitgeber können mit einer guten Raumlufth dafür sorgen, dass ihre Mitarbeitenden fitter und leistungsfähiger sind.

Foto: SHI/Shutterstock

Besonders im Winter ist die Luft in vielen Büros schlecht. In der Raumlufth sammelt sich nicht nur ausgeatmetes Kohlendioxid, hier lauern auch Viren, Schimmelsporen sowie Lösemittel und Luftschadstoffe.

Büros können krankmachen

Neue Elektrogeräte geben Weichmacher, Flammschutzmittel und chlorierte Kohlenwasserstoffe ab. Auch aus Bodenbelägen und Möbeln können gesundheitsschädliche Substanzen entweichen. Laserdrucker produzieren Feinstaub. Über die Raumlufth und die Atemwege gelangen die Schadstoffe direkt in den Körper.

Schlecht gelüftete Räume erhöhen die negative Wirkung zusätzlich. Dazu kommt in der Heizperiode eine niedrige Luftfeuchtigkeit: Sie reizt zusammen mit den Schadstoffen die Atemwege. Zudem haben Viren bei trockenen Schleimhäuten ein leichtes Spiel.

Das Ergebnis: die Leistungsfähigkeit nimmt ab, immer mehr Beschäftigte melden sich krank – schlecht für die noch Gesunden und das Unternehmen. Wichtig: Es gibt hilfreiche Konzepte und geprüfte Produkte, aber auch viele

Sentinel Haus Institut GmbH

Merzhauser Straße 74

D-79100 Freiburg i. Br.

Tel. +49 (0)7 61 / 59 04 81-70

Fax +49 (0)7 61 / 59 04 81-90

info@sentinel-haus.eu

www.sentinel-haus.eu

4.598 Zeichen mit Leerzeichen
Abdruck frei, Beleg erbeten

Pressekontakt

Volker Lehmkuhl

Tel. +49 (0)7 61 / 59 04 81-94

lehmkuhl@sentinel-haus.eu



falsche Versprechungen. Ein Beispiel sind Luftreiniger, die nicht alle das halten, was die Hersteller versprechen.

Für ein doppelt gutes Klima

„Motivierte und fitte Mitarbeiter sind ein Gewinn für jedes Unternehmen“, sagt Peter Bachmann, Gründer und Geschäftsführer des Sentinel Haus Instituts. Er und sein Team unterstützen Unternehmen, ein gesundes Arbeitsumfeld zu gestalten: Raumluft-Messungen überprüfen den Status Quo, gesundheitsgeprüfte Bau- und Ausstattungsprodukte und Möbel sichern die gute Luftqualität und kostengünstige Sensoren, Lüftungsgeräte und Raumluftreiniger überwachen und senken das Infektionsrisiko.

Sofort hilft konsequentes Lüften und eine Überwachung der Luftfeuchte. Diese sollte zwischen 45 und 55 Prozent relativer Feuchte liegen. Ideal ist eine Lüftungsanlage mit Enthalpietauscher. Diese saugt nicht nur verbrauchte Luft ab, sondern erwärmt und befeuchtet die gefilterte Frischluft. Das sorgt zusätzlich für ein geringes Allergierisiko und einen sehr geringen Energieverlust durchs Lüften. Eine Zertifizierung bestätigt die Luftqualität und wirkt sich positiv auf das Unternehmensbild aus.

Wie gut das funktioniert, wissen Dr. Markus Nothelfer und seine Frau Beate, die die Zahnarztpraxis Ihres Mannes im badischen Bühl als ganzheitlicher Gesundheitscoach berät. In den frisch sanierten Räumen ließ Markus Nothelfer eine Lüftungsanlage installieren; die Raumluftqualität wurde von Sentinel Haus Institut gemessen und zertifiziert. „Die gute Luft entspannt nicht nur die Patienten. Auch meine Mitarbeitenden und ich sind fitter und gesünder, weil wir den ganzen Tag in frischer, gefilterter Luft arbeiten“, betont der erfahrene Zahnmediziner.

Auch das Freiburger Restaurant „Kartoffelhaus“ stellte nach einer Beratung durch das Sentinel Haus Institut im Büro von manueller auf automatische Lüftung um. Das Ergebnis: „Die Luftqualität bleibt jetzt konstant im optimalen Bereich, das zeigt mir ein Messgerät“ freut sich die Geschäftsführerin Bettina Heubach-Bachmann. „Davon profitieren unsere Beschäftigten, die nun rundum gesund versorgt und deutlich fitter und damit auch zufriedener sind.“

Fazit: Unternehmen schützen und verbessern mit konsequentem Gesundheitsschutz nicht nur die Gesundheit der Mitarbeitenden. Sie profilieren sich auch als verantwortungsvoller Arbeitgeber. Nicht zuletzt sinken langfristig die Kosten, da ein gesundes Team sein Potential besser entfaltet und seltener ausfällt. Ausführliche Informationen und viele geprüfte Produkte gibt es im Sentinel Portal unter www.sentinel-haus.de.

Infokasten

Radon-Risiko auch im Home-Office



Wer gesundheitliche Risiken ignoriert, riskiert bedrohliche Krankheiten. Ein Beispiel ist Radon: Das radioaktive Edelgas, nach dem Rauchen die zweithäufigste Ursache für Lungenkrebs, dringt in manchen Regionen aus dem Erdreich in Gebäude ein. Arbeitgeber müssen hier mit Messungen und Abdichtungen Vorsorge leisten. Doch für das Arbeiten zuhause gilt das nicht. Während 2019 nur knapp 13 Prozent aller erwerbstätigen Deutschen zu Hause arbeiteten, ist die Zahl in der Corona-Pandemie deutlich gestiegen. Viele Arbeitnehmer haben sich ihr Heimbüro ausgerechnet im Keller eingerichtet, wo in Radon-Risikogebieten die Konzentration des Gases am höchsten ist. Eine erste Messung schafft hier Klarheit. Das gilt für Heim- und Büroarbeitsplätze.