

# Arbeitsplatz

## Welches Ziel sollten Sie erreichen?

Von den Räumlichkeiten und der Ausstattung Ihrer Praxis gehen keine Gefährdungen für die Gesundheit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus. Das Risiko, einen Unfall durch Stolpern, Stürzen, Abstürzen oder Ausrutschen zu erleiden, ist auf ein Minimum reduziert.

## Welche Anforderungen müssen Sie erfüllen?

Ermitteln Sie im Rahmen der Gefährdungsbeurteilung, ob die Arbeitsplätze Ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sicher sind. Prüfen Sie auch, ob Arbeitsmittel wie Regale oder Leitern eine Gefahrenquelle darstellen. Prüfen Sie beispielsweise, wo das Risiko besteht, zu stolpern, zu stürzen oder auszurutschen.



Foto: BGW/Werner Bartsch, Hamburg

In der Anmeldung, in Fluren und Sprechzimmern

- sind Teppichböden grundsätzlich möglich. Allerdings sollten die Belange von Menschen mit Allergien berücksichtigt werden.
- sollte möglichst auf Schwellen und Stufen verzichtet werden. Dies betrifft auch die Zugänge zu den Funktionsräumen.
- müssen Schmutzfangmatten gegen Verrutschen gesichert sein.

Die Böden in den Funktionsräumen

- müssen mit rutschhemmendem Belag der Bewertungsgruppe R 9 ausgestattet sein. Fußmatten, zum Beispiel vor Liegen, sind gegen Verrutschen zu sichern.
- müssen leicht zu reinigen und desinfizierbar sein.

### Böden

- Arbeits- und Verkehrswege müssen leicht und sicher begehbar sein. Bringen Sie an den Treppen Handläufe an.
- Flucht- und Rettungswege müssen frei bleiben, und Notausgänge müssen während des Betriebs immer zu öffnen sein. Fluchtwege und Notausgänge müssen klar erkennbar sein oder entsprechend gekennzeichnet werden.
- Gegebenenfalls muss ein Fluchtwege- und Rettungsplan aufgestellt werden.
- Durchgänge sollten ausreichend breit sein (mindestens 80 cm).

### Treppen/Verkehrswege

<b>Fenster</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Fenster müssen von den Beschäftigten sicher geöffnet, geschlossen, verstellt und festgestellt werden können.</li> <li>• Die Fenster müssen so beschaffen sein, dass beim Reinigen niemand gefährdet ist.</li> <li>• Fenster, Oberlichter und Glaswände müssen gegen übermäßige Sonneneinstrahlung abgeschirmt sein.</li> </ul>
<b>Türen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Durchsichtige Türen müssen in Augenhöhe deutlich gekennzeichnet werden.</li> <li>• Türen auf Fluchtwegen müssen sich während der Praxisöffnungszeiten oder wenn Beschäftigte anwesend sind, leicht und nach außen (in Fluchtrichtung) öffnen lassen.</li> </ul>
<b>Anmeldung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Arbeitsfläche für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter am Empfangstresen muss ausreichend groß (1,5 m<sup>2</sup>) sein.</li> <li>• Tischhöhen über 72 cm sind in der Regel nicht sinnvoll. Bei hohen Tischen sollten für kleine Personen zum Ausgleich Fußstützen zur Verfügung stehen.</li> <li>• Der Fußraum unter dem Arbeitstisch muss frei bleiben.</li> <li>• Stellen Sie Ihren Beschäftigten ergonomische Arbeitsstühle mit flexibler Rückenlehne und mit für den jeweiligen Bodenbelag geeigneten Rollen zur Verfügung.</li> <li>• Armlehnen an Bürostühlen sind für Bildschirmarbeit nicht erforderlich.</li> <li>• Kabel müssen in Kabelkanälen verlegt oder sicher fixiert werden.</li> <li>• Empfehlenswert sind Headsets für die telefonische Terminannahme oder eine organisatorische Trennung von telefonischer und persönlicher Terminannahme.</li> </ul>
<b>Bildschirm-arbeitsplätze</b>	<p>Entscheidend für die Art der Ausstattung ist die Nutzungsdauer, diese kann je nach Bereich unterschiedlich sein (Behandlungszimmer oder Büro).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Es sollte möglichst Tageslicht einfallen, ohne dass Blend- und Reflexionswirkungen auftreten.</li> <li>• Der Bildschirm sollte möglichst im rechten Winkel zum einfallenden Licht stehen. Wenn nötig, sind Vorhänge oder Rollos anzubringen.</li> <li>• Optimal sind höhenverstellbare Tische.</li> <li>• Bei Flachbildschirmen reicht eine Tischtiefe von 70 cm.</li> <li>• Der Bildschirm sollte immer direkt vor dem Anwender stehen.</li> </ul>
<b>Funktionsräume</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Handwaschplätze: <ul style="list-style-type: none"> <li>– leicht erreichbar</li> <li>– fließend warmes und kaltes Wasser</li> <li>– Armaturen, die ohne Handberührung bedienbar sind, zum Beispiel Einhebelmischbatterien mit verlängertem Hebel</li> <li>– Einmalhandtücher</li> <li>– Händedesinfektionsmittel im Direktspender, bevorzugt im Wandspender</li> <li>– Mittel für Hautschutz, Hautreinigung und Hautpflege, bevorzugt im Wandspender</li> </ul> </li> <li>• Arbeitsflächen, Liegenoberflächen, Untersuchungsstühle müssen leicht zu reinigen und zu desinfizieren sein. Sie müssen beständig gegen die Reinigungsmittel und gegebenenfalls gegen die Desinfektionsmittel sein.</li> <li>• Liegen mit Papier abdecken, keine Liegen mit Stoffauflagen</li> <li>• Mülleimer mit Deckel für benutzte Verbrauchsmaterialien</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Richten Sie spezielle Aufwachräume oder – zum Beispiel in Kinderarztpraxen – Isolierzimmer ein, um Beschäftigte zu schützen. So können Zutrittsbeschränkungen umgesetzt oder Belastungen in allgemein genutzten Räumen minimiert werden.</li> </ul>	<b>Aufwachräume und Isolierzimmer</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Getrennte Toilettenräume für Patientinnen und Patienten sowie für Ihre Beschäftigten sollten zur Verfügung stehen. Führen Sie in Ihrer Praxis Tätigkeiten der Schutzstufe 2 aus (Tätigkeiten, bei denen es regelmäßig, nicht nur in geringfügigem Umfang zu Kontakt mit potenziell infektiösem Material kommen kann oder offensichtliche Ansteckungsgefahr etwa durch luftübertragene Infektionen oder durch Stich- und Schnittverletzungen besteht, siehe auch TRBA 250), sind gesonderte Toiletten für die Beschäftigten vorgeschrieben (Bestandsschutz für Praxen, die vor März 2014 errichtet waren).</li> <li>• Möglichst getrennte Toilettenräume für weibliche und männliche Beschäftigte. Trennung ist auch organisatorisch möglich.</li> <li>• Für die Ausstattung sind Flüssigseife, Einmalhandtücher und ein Handpflegemittel ausreichend.</li> </ul>	<b>Toiletten</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ausreichend Sitzgelegenheiten für jede Mitarbeiterin, jeden Mitarbeiter</li> <li>• abschließbares Fach für jede Mitarbeiterin und jeden Mitarbeiter, beispielsweise im Umkleideraum</li> <li>• Keine Arbeit mit Gefahrstoffen und biologischen Arbeitsstoffen, auch Lagerung ist verboten.</li> <li>• Nichtraucherchutz einhalten</li> <li>• gesonderter Kühlschrank nur für Lebensmittel</li> </ul>	<b>Pausenraum</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Getragene Schutzkleidung muss von anderer Kleidung getrennt aufbewahrt werden. Richten Sie deshalb vom Arbeitsplatz getrennte Umkleidemöglichkeiten ein.</li> </ul>	<b>Umkleidemöglichkeiten</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Installieren Sie Brandmelder. Zur Bekämpfung von Bränden muss ein Feuerlöscher vorhanden sein. Praxen mit bis zu 50 m<sup>2</sup> Grundfläche benötigen einen geeigneten Feuerlöscher, zum Beispiel einen Schaumlöscher der Brandklassen A und B mit einem Volumen von 6 LE (Löschmitteleinheiten). Für jede weitere Grundfläche von 50 m<sup>2</sup> sind zusätzlich 3 LE erforderlich.</li> <li>• Bei mehreren Etagen ist pro Etage mindestens ein Feuerlöscher bereitzustellen.</li> <li>• Die Feuerlöscher müssen leicht erreichbar und in Griffhöhe aufgehängt sein. Der Standort des Feuerlöschers muss deutlich gekennzeichnet sein.</li> <li>• Feuerlöscher müssen alle zwei Jahre von einer sachkundigen Person geprüft werden.</li> <li>• Soll zum Schutz von hochwertigen Geräten ein CO<sub>2</sub>-Löscher bereitgestellt werden, erfolgt dies zusätzlich.</li> </ul>	<b>Brandschutz/ Feuerlöscher</b>

<b>Raumlüftung</b>	<p>In Funktionsräumen, beispielsweise im Belastungs-EKG, sollten Belüftungsmöglichkeiten vorhanden sein. Wird mit größeren Gefahrstoffmengen, wie beispielsweise bei der manuellen Endoskopaufbereitung oder mit Narkosegasen gearbeitet, ist je nach Raumgröße ein ausreichender Luftwechsel erforderlich. Dies kann erreicht werden durch:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Abluftventilatoren</li> <li>• raumluftechnische Anlagen</li> <li>• natürliche Querlüftung</li> </ul> <p>Die Lüftung muss so eingestellt werden, dass die Beschäftigten nicht auf Dauer einem störenden Luftzug ausgesetzt sind.</p>
<b>Beleuchtung</b>	<p>Die Leuchtmittel sind so zu wählen und anzuordnen, dass die Arbeitsplätze und Verkehrswege ausreichend beleuchtet sind und Blend- und Reflexionswirkungen vermieden werden:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Treppen und Lagerräume mit mindestens 100 Lux</li> <li>• Anmeldungs- und Schreibplätze mit mindestens 500 Lux</li> <li>• Untersuchungsräume mit mehr als 500 Lux. In Röntgen-, Ultraschall- und Diagnostikräumen ist eine geringere Beleuchtungsstärke möglich.</li> </ul> <p><b>Sorgen Sie für eine ausreichende Sicherheitsbeleuchtung der Rettungswege</b>, sofern diese als Ergebnis der Gefährdungsbeurteilung notwendig sind, um jederzeit, auch bei Stromausfall, ein gefahrloses Verlassen Ihrer Praxis zu ermöglichen.</p>
<b>Mobiliar</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Das Mobiliar muss so beschaffen sein, dass die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in bequemer Haltung arbeiten können.</li> <li>• Herausstehende Ecken und Kanten sind zu vermeiden.</li> <li>• Für längere Tätigkeiten im Stehen sind den Beschäftigten Stehhilfen anzubieten.</li> <li>• Kabel, zum Beispiel von elektrischen Untersuchungsgeräten, sollten mit Kabelbrücken gesichert werden.</li> </ul>
<b>Regale</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Stand- und Tragsicherheit von Regalen und Lagereinrichtungen sollte regelmäßig geprüft werden.</li> <li>• Regale sollten möglichst an der Wand befestigt werden.</li> <li>• Schwere Gegenstände oder Kartons sowie Zerbrechliches wie Infusionsflaschen sollten unten, leichte Gegenstände oben in Regalen und Schränken lagern.</li> </ul>
<b>Leitern und Tritte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Es dürfen nur geeignete Leitern und Tritte oder ein sogenannter Elefantenfuß verwendet werden.</li> <li>• Leitern und Tritte müssen im „<b>Bestands- und Wartungsplan</b>“ erfasst und regelmäßig überprüft werden. Dokumentieren Sie die Prüfungen dort. Den „<b>Bestands- und Wartungsplan</b>“ finden Sie unter den Dokumentationshilfen.</li> <li>• Schadhafte Leitern und Tritte müssen sofort aussortiert werden.</li> </ul>

## Der sichere Arbeitsplatz – Tipps für die Praxis

### Gut beraten

- Sorgen Sie für Ordnung an den Arbeitsplätzen, damit verhindern Sie bereits viele Unfallgefahren. Halten Sie vor allem die Verkehrswege frei.
- Ein kompetenter Rat spart Zeit und Geld. Beziehen Sie frühzeitig Fachleute in die Planung ein, wenn Sie Ihre Praxis neu einrichten oder ausstatten wollen. Ihre Fachkraft für Arbeitssicherheit, Ihr Betriebsarzt oder Ihre Betriebsärztin können Ihnen gute Tipps für die sicherheitstechnische und ergonomische Gestaltung Ihrer Praxis geben.
- Unter [www.ergonomiecampus.de](http://www.ergonomiecampus.de) finden Sie praktische Tipps, wie Sie PC-Arbeitsplätze gesundheitsgerecht einrichten.

### Gut informiert

- Informieren Sie Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, wie man rückengerecht arbeitet, und empfehlen Sie ihnen die Teilnahme an einem Rückenschulkurs.

