

„LEICHTER ARBEITEN MIT GUTEM LICHT.“

Mit den einfachen Worten „mehr Licht!“ nahm Johann Wolfgang von Goethe Abschied vom Leben. Unklar bleibt, ob es hier um den Wunsch nach „Erkenntnis“ geht, für die das Licht steht, oder ob es eine Aufforderung an seinen Diener war, die Fensterläden zu öffnen.

Aus der Perspektive des Arbeitsschutzes kann beides gut sein. Denn Erkenntnis gelingt über das Sehen. Rund 80 Prozent aller Informationen werden über den Sehsinn aufgenommen. Insbesondere bei der Arbeit, im Büro, nehmen Mitarbeitende über die Augen jeden Tag eine enorme Menge unterschiedlicher Reize wahr. **Dabei spielt das richtige Licht eine zentrale Rolle.**

Aber auch die **Rahmenbedingungen** - sozusagen ob die Fensterläden offen oder geschlossen bleiben - haben hohe Auswirkungen auf die Qualität der Arbeit: „Licht schützt vor Unfällen und andere Risiken, weil es die Wahrnehmung verbessert. Gefahren werden somit früher besser erkannt“, so die Sicherheitstechniker beim AMD Salzburg.

Lichtreflexe können beispielsweise **unangenehme Reize auslösen**, wie Blendung und Beeinträchtigung der Sehleistung. Sie treten immer dort auf, wo Oberflächen das Licht von Lampen, Leuchten oder anderen hellen Flächen reflektieren. Häufige Quellen für Reflexblendung sind Bildschirme, Büromöbel, Fensterflächen, glänzendes Papier oder Spiegel. Der Experte empfiehlt: „Richten Sie Schreibtische und Bildschirme so aus, dass diese rechtwinklig zum Fenster angeordnet sind. Nützen Sie eine gute Entblendung (Rollläden) und sorgen Sie für eine blendfreie Anordnung der Lichtquellen.“ Für Mitarbeitende bedeutend sind die Lichtmenge und Veränderung von Farbtemperatur sowie die persönliche Einflussnahme auf die Lichtbedingung, um ihre Leistungsfähigkeit zu steigern. Betriebe setzen aktuell auf LED-Beleuchtung - auch aus Energiespargründen. Das Licht im Betrieb verändert sich damit. Mitarbeitende spüren das. Der Sicherheitstechniker im AMD Salzburg wird daher öfters gefragt, ob das bedenklich ist? „Manche LED Leuchten strahlen einen geringen Anteil an UV Licht aus, das führt schon mal zu Verunsicherung. Bedenklich ist es aber nicht.“

An eine LED-Leuchte war zu Goethes Zeit noch nicht zu denken. Gutes Licht wäre aber auch für ihn wichtig gewesen, so das Resümee des AMD Experten. Denn heute wissen wir: **Ein Sechzigjähriger benötigt in der Regel etwa doppelt so viel Licht wie ein Zwanzigjähriger**, um den gleichen Helligkeitseindruck zu haben. Zugleich sind ältere Menschen in der Regel empfindlicher bei Blendung. Ein hoher Anteil indirekten Lichts hilft, diesen Effekt zu vermeiden. Gerade für diese Personen ist es wichtig, die vorhandene künstliche Beleuchtung auch zu nutzen und einzuschalten.

Für Informationen rund um das Thema Licht am Arbeitsplatz stehen Ihnen Ihre Präventivkräfte des AMD Salzburg gerne zur Verfügung. Der AMD Salzburg berät Sie gerne auch im Hinblick auf **altersgerechte Beleuchtung im Betrieb**. Besuchen Sie unsere Homepage www.amd-sbg.at.