

**Zeitschrift:** Bulletin Electrosuisse  
**Herausgeber:** Electrosuisse, Verband für Elektro-, Energie- und Informationstechnik  
**Band:** 113 (2022)  
**Heft:** 5

**Artikel:** Schutz vor der unsichtbaren Gefahr = Se protéger d'un danger invisible  
**Autor:** Vonlanthen, Adrian  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1037108>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 30.03.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# Schutz vor der unsichtbaren Gefahr

**UV-Strahlung** | Wer draussen ungeschützt an der Sonne arbeitet, hat ein erhöhtes Risiko, an hellem Hautkrebs zu erkranken. Besonders gefährdet sind Hautpartien am Kopf. Mit ein paar einfachen, aber effektiven Massnahmen kann man sich gegen die unsichtbare Gefahr schützen.

ADRIAN VONLANTHEN

**O**b Elektroinstallateurin, Netzelektriker oder Freileitungsmonteurin – wer draussen arbeitet, ist doppelt bis dreimal so viel UV-Strahlung pro Jahr ausgesetzt wie jemand, der im Büro arbeitet; sogar inklusive Ferien und Freizeit. Im internationalen Vergleich weist die Schweiz eine der höchsten Raten an Hautkrebs-Erkrankungen auf. Die Suva geht davon aus, dass schweizweit berufsbedingt rund 1000 Personen pro Jahr neu an hellem Hautkrebs erkranken.

## Mythos «gesunde Bräune»

Zwar ist sowohl bei Arbeitnehmern als auch bei Arbeitgebern bekannt, wie wichtig Sonnenschutz ist. Doch aufgrund sich hartnäckig haltender Mythen und Halbwahrheiten wähen sich viele unter freiem Himmel tätige Menschen in trügerischer Sicherheit. Sie glauben, Sonnenbräune sei gesund. In Wahrheit aber ist sie eine Abwehrreaktion der Haut gegen noch mehr UV-Bestrahlung.

Ebenso falsch ist der Glaube, bei bewölktem Himmel oder Bise brauche es keinen Sonnenschutz. Tatsächlich

kann die UV-Belastung bei leichter Bewölkung sogar um bis zu 15% ansteigen, weil die Strahlen reflektiert werden. Selbst bei dichter Bewölkung dringen bis zu 80% der UV-Strahlung zur Erde durch. Im Schatten sind es immerhin noch bis zu 50%.

## Gemeinsam gegen Hautkrebs

Wirksamer UV-Schutz ist für alle Aktivitäten im Freien unverzichtbar – und zwar zu jeder Jahreszeit, vor allem aber von April bis September. Dies gilt insbesondere während der Arbeits-

zeit, während Arbeitnehmer und Arbeitgeber in der Pflicht sind, Schutzmassnahmen zu treffen. So müssen Arbeitgeber einen wirkungsvollen, der Jahreszeit und Wettersituation entsprechenden Sonnenschutz anbieten, dessen Anwendung kontrollieren sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter bezüglich UV-Strahlungsschutz schulen und auf die Gefahren sensibilisieren. Die Arbeitnehmer wiederum sind verpflichtet, die Schutzmassnahmen umzusetzen. Dadurch wird langfristig viel menschliches Leid vermieden und Geld für Heilungsmassnahmen und Arbeitsausfälle eingespart.

### 5 Punkte für den richtigen Schutz

- Wenn immer möglich, im Schatten arbeiten oder den Arbeitsort beschatten (Sonnenschirm, Sonnensegel).
- Möglichst viele Hautstellen durch (lange) Kleidung schützen.

## Unterwegs für den Gesundheitsschutz

Um Betriebe und Arbeitnehmer bei der Umsetzung der Schutzmassnahmen zu unterstützen, hat die Suva das Präventionsmodul «Sonne: Schütze Dich vor UV-Strahlung» entwickelt. Das Modul kann vom Betrieb selbständig oder mit einer Fachperson der Suva durchgeführt werden. Bei letzterer Variante werden mit einer UV-Kamera besonders sonnenexponierte Stellen im Gesicht sichtbar gemacht und aufgezeigt, wo bereits durch UV-Strahlung Pigmentveränderungen der Haut entstanden sind. Darüber hinaus wird in einem Pilotprojekt eine neue arbeitsmedizinische Vorsorgeuntersuchung geprüft, um die Früherkennung von hellem Hautkrebs zu verbessern. Das eigentliche Untersuchungsprogramm soll anschliessend etappenweise auf verschiedene Branchen in der ganzen Schweiz ausgerollt werden.



**Schutz vor Hautkrebs durch UV:**

Auch bei teilweiser Bewölkung ...

APR MAI JUNI JULI AUG SEPT

... von April bis September: Persönliche Schutzmassnahmen nicht vergessen!

LIPPENSCHUTZ

Zusätzlich Juni und Juli:  
 • trage Stirnblende und Nackenschutz  
 • oder arbeite im Schatten

Schütze besonders den Kopf, dort tritt Hautkrebs am häufigsten auf.

Stirn  
Ohren & Nase  
Lippen  
Nacken

Stirn  
Ohren & Nase  
Lippen  
Nacken

Alle Infos unter: [suva.ch/sonne](http://suva.ch/sonne)

**suva**

Das UV-Merkblatt der Suva.

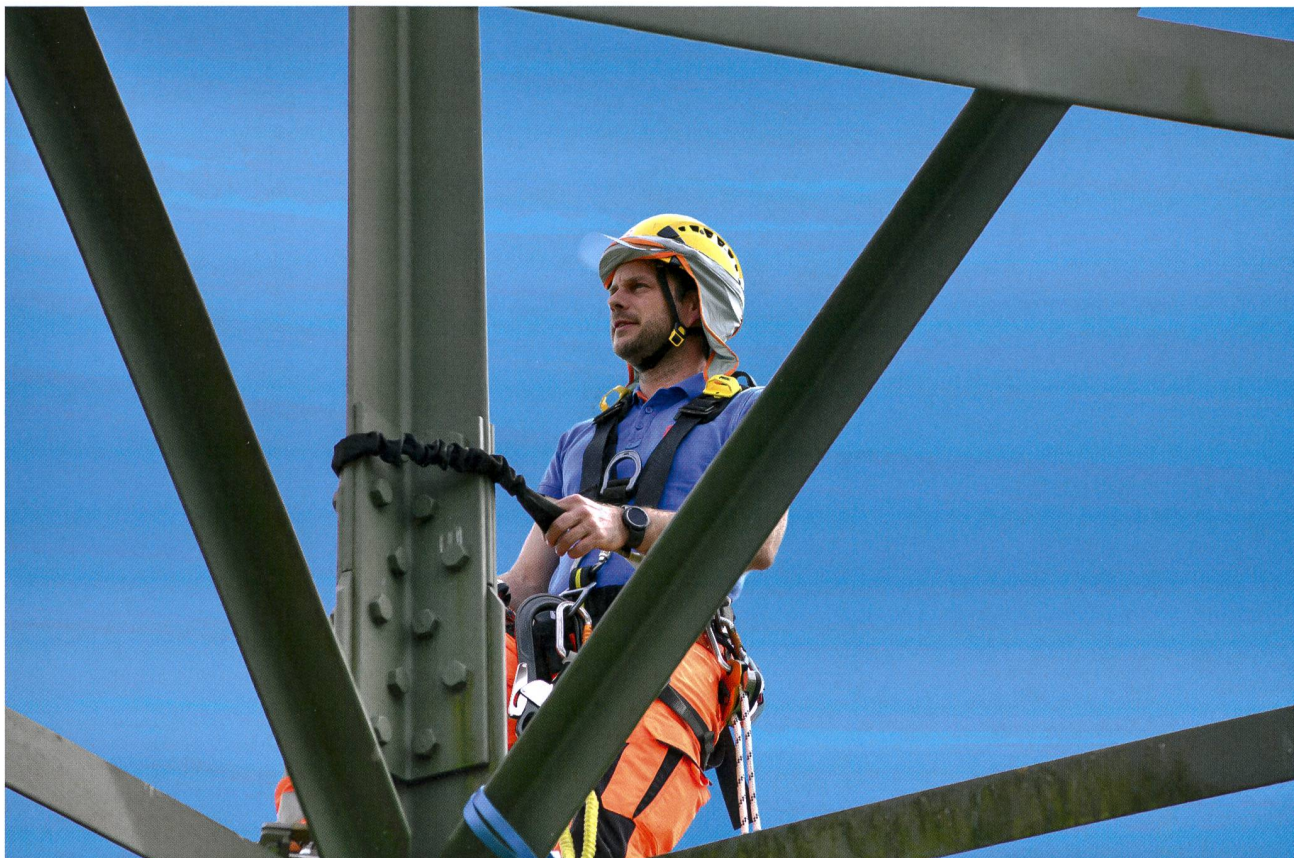
- Von April bis September auf unbedeckte Hautstellen grosszügig Sonnencreme (mindestens Sonnenschutzfaktor 30) auftragen. Lippen nicht vergessen!
- Wenn immer, zwischen 11 und 15 Uhr, wenn zwei Drittel der täglichen UV-Strahlung auf die Erde treffen, nicht in der Sonne arbeiten (beispielsweise durch Anpassung der Arbeitszeiten).
- UV-Strahlung ist im Juni und Juli besonders stark. Die von Hautkrebs besonders gefährdeten «Sonnenter-

rassen» (Nase, Ohren, Stirn, Nacken, Hals und Kopfhaut) sind durch Tragen eines Huts oder Helms mit Stirnblende und Nackenschutz besonders zu schützen – auch bei teilweise bewölktem Himmel.

Link  
 → [www.suva.ch/sonne](http://www.suva.ch/sonne)



**Autor**  
**Adrian Vonlanthen** ist Mediensprecher bei der Suva.  
 → Suva, 6004 Luzern  
 → [adrian.vonlanthen@suva.ch](mailto:adrian.vonlanthen@suva.ch)



# Se protéger d'un danger invisible

**Rayonnement UV** | Les personnes qui travaillent régulièrement en plein air présentent un risque accru de développer un cancer cutané non mélanome. Les parties de la tête exposées au soleil sont particulièrement à risque. Quelques mesures simples mais efficaces permettent de se protéger contre ce danger invisible.

ADRIAN VONLANTHEN

**L**es personnes travaillant à l'extérieur, qu'elles soient installateurs-électriciens, électriciennes de réseau ou encore monteurs de lignes aériennes, sont deux à trois fois plus exposées aux rayons UV sur une année que les personnes travaillant dans un bureau, même en incluant les vacances et les loisirs. En comparaison internationale, la Suisse affiche l'un des taux les plus élevés de cas de cancer de la peau. La Suva estime qu'en Suisse, environ un millier de personnes

par an développe un cancer cutané non mélanome d'origine professionnelle.

## Le mythe du bronzage sain

Employeurs et travailleurs savent combien il est essentiel de se protéger du soleil. Mais certaines idées reçues ont la peau dure: ainsi, travailler en plein air ne serait pas dangereux, car le bronzage serait sain. Or, ce dernier est une réaction de défense face aux rayons UV.

Il est tout aussi faux de croire qu'une protection solaire est superflue par

temps couvert ou en cas de bise: en réalité, le rayonnement UV peut croître de 15% quand le ciel est légèrement nuageux, car les rayons se réfléchissent. Et même si le ciel est très chargé, jusqu'à 80% des rayons UV peuvent parvenir jusqu'au sol, et 50% à l'ombre.

## Ensemble contre le cancer de la peau

Se protéger efficacement contre les rayons UV est indispensable quand on s'adonne à des activités en plein air,

quelle que soit la saison, mais surtout d'avril à septembre. Cela vaut en particulier pendant le temps de travail, quand les travailleuses et travailleurs ainsi que les employeurs sont tenus de prendre des mesures de protection. Ces derniers doivent proposer une protection solaire efficace et adaptée à la saison et aux conditions météorologiques, s'assurer de sa bonne utilisation, mais aussi former leur personnel à la protection contre les rayons UV et le sensibiliser aux dangers. Les travailleuses et travailleurs, quant à eux, sont tenus de mettre en œuvre les mesures de prévention, l'objectif étant d'éviter durablement de nombreuses souffrances et des dépenses liées aux soins et aux pertes de travail.

### Cinq conseils pour bien se protéger

- Idéalement, travailler à l'ombre ou dans un lieu abrité (par un parasol ou un vélum).
- Couvrir autant que possible sa peau avec des vêtements (longs).

### S'engager à protéger la santé

Afin d'aider les entreprises et les employeurs à mettre en œuvre les mesures de protection, la Suva a développé le module de prévention « Soleil: protection contre les UV » qui peut être organisé en toute autonomie par l'entreprise ou avec une ou un spécialiste de la Suva. La dernière variante inclut une caméra UV qui permet de visualiser les zones du visage particulièrement exposées au soleil et de faire apparaître les modifications pigmentaires de la peau que les rayons UV ont déjà causées. En outre, dans le cadre d'un projet pilote, un nouvel examen préventif en médecine du travail est à l'étude dans le but d'améliorer le dépistage précoce des cancers cutanés non mélanomes. Le programme d'examen proprement dit sera ensuite graduellement élargi à différentes branches dans toute la Suisse.



Protégez-vous du soleil comme un pro!

#### Protection anti-UV

Par temps légèrement couvert aussi ...

AVRIL

MAI

JUIN

JUIL

AOÛT

SEPT

... d'avril à septembre: prenez des mesures de protection individuelle!

**En plus en juin et juillet:**

- portez une visière frontale et un protège-nuque
- ou travaillez à l'ombre

Le cancer de la peau touche le plus souvent la tête: protégez-vous!

front  
oreilles & nez  
lèvres  
col

front  
oreilles & nez  
lèvres  
col

Infos complémentaires: [suva.ch/soleil](http://suva.ch/soleil)

suva

Le dépliant concernant le rayonnement UV de la Suva.

- D'avril à septembre, appliquer généreusement de la crème solaire (indice 30 au minimum) sur les parties du corps non couvertes, sans oublier les lèvres!
- Éviter de travailler au soleil entre 11h et 15h, car c'est là que les deux tiers des rayons UV quotidiens atteignent le sol (par exemple, adapter les horaires de travail).
- C'est en juin et juillet que le rayonnement UV est le plus dangereux. Particulièrement exposés au risque de

cancer de la peau, le nez, les oreilles, le front, la nuque, le cou et le cuir chevelu doivent être protégés par un couvre-chef ou un casque avec visière frontale et protège-nuque, même par temps partiellement couvert.

**Lien**  
→ [www.suva.ch/soleil](http://www.suva.ch/soleil)



**Auteur**  
**Adrian Vonlanthen** est porte-parole au sein de la Suva.  
→ Suva, 6004 Lucerne  
→ [adrian.vonlanthen@suva.ch](mailto:adrian.vonlanthen@suva.ch)



## FRED – Forum romand de l'éclairage et de la domotique

24 mai 2022 | Lausanne

Le lieu où les experts et décideurs se rencontrent.  
Avec présentation d'exposés captivants et de projets novateurs.  
Tissez votre réseau de contacts. Inscrivez-vous aujourd'hui encore !



[electrosuisse.ch/fred](https://electrosuisse.ch/fred)



## Forum Smart Home / Swiss Lighting /

## Tageslicht-Symposium

15. Juni 2022 | Basel

**Jetzt anmelden!**



Jetzt anmelden:  
[smarthome-swisslighting.ch](https://smarthome-swisslighting.ch)

