

Nichtvisuelle Wirkungen von Licht

- Licht ist nicht nur zum Sehen da.
- Tageslicht ist der natürliche und wichtigste **Taktgeber** für die individuelle „innere Uhr“.
- Auch **künstliche Beleuchtung** sowie Tablets und Smartphones beeinflussen die innere Uhr.
- Licht kann zu **kurzzeitig erhöhter Wachsamkeit** führen und den Hormonhaushalt beeinflussen.



Licht ist nicht gleich Licht

- **Viele Faktoren** bestimmen Aufkommen und Ausprägung dieser Wirkungen:
 - Lichtspektrum (Lichtfarbe)
 - Dauer der Lichtexposition
 - Beleuchtungsstärke
 - Zeitpunkt der Lichtexposition
 - ...
- **Licht mit hohen Blauanteilen** kann aktivierend wirken. Morgens unterstützt es die innere Uhr, abends kann es die innere Uhr durcheinanderbringen.
- Neue **Beleuchtungssysteme** können das Lichtspektrum und die Intensität über den Tag verändern.

Ein Thema für den Arbeitsschutz?

- Licht wirkt ständig und **an jedem Arbeitsplatz**.
- Nichtvisuelle Wirkungen von Licht bergen **Chancen und Risiken für die Gesundheit**.
- Bei der Planung von Beleuchtungsanlagen sind die **Sicherheit und die Gesundheit bei der Arbeit** zu beachten.

Was macht der Arbeitsschutz?

Die KAN...

- **positioniert sich** zur Normung;
- begleitet und beobachtet die nationalen und internationalen **Normungsaktivitäten**;
- hat eine **Literaturstudie** zu den arbeitsschutzrelevanten Erkenntnissen durchgeführt und Forschungsfragen definiert;
- fördert den **Austausch der Fachleute**.

Das DGUV Sachgebiet „Beleuchtung“ informiert und zeigt Lösungen in der **DGUV Information** 215-220 „Nichtvisuelle Wirkung von Licht auf den Menschen“.

Der Ausschuss für Arbeitsstätten (ASTA) hat die **Empfehlung** „Künstliche biologisch wirksame Beleuchtung“ veröffentlicht.



© DGUV- Information 215-220

Die **Forschungsinstitute des Arbeitsschutzes** erforschen Grundlagen, Wirkungen und erarbeiten Lösungen.

Sie haben Fragen?

Sie sind unsicher, was Sie tun können?

Sprechen Sie mit Fachleuten an der KAN-Anlaufstelle auf dem Gemeinschaftsstand der DGUV, Stand 10A60 in Halle 10.

Wir freuen uns auf Sie am 28. Oktober 2021 zwischen 9:30 Uhr und 12:00 Uhr.

Weitere Infos finden Sie hier:
Haben Sie Fragen?

www.kan.de/arbeitsgebiete/beleuchtung/

www.kan.de oder 02241 231-3449 (Dr. Anna Dammann)



Gefördert durch:



Bundesministerium
für Arbeit und Soziales
aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages