

**Tipps für
die Praxis**



Leitern

sicher nutzen



Jedes Jahr ereignen sich rund
20.000 meldepflichtige Unfälle
bei Arbeiten mit Leitern. Davon
sind mehrere tödlich.

Quelle: DGUV, jährliche Statistiken zum Arbeitsunfallgeschehen



Fragen zu Sicherheit und Gesundheit?

Ausführliche Informationen zu allen Fragen rund um
Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit sowie Kontakt-
möglichkeiten finden Sie auf unserer Webseite unter

➔ www.bgetem.de



Viele Menschen nutzen Leitern in ihrem Beruf. Sie sind praktisch und schnell einsatzbereit. Doch wer mit Leitern arbeitet, muss gut aufpassen. Denn ein Sturz kann zu gefährlichen Verletzungen führen. Deshalb ist es wichtig, für jede Aufgabe die passende Leiter auszuwählen, sie sorgfältig zu prüfen und korrekt zu benutzen. In dieser Broschüre geben wir ein paar Tipps, wie das sicher gelingt.

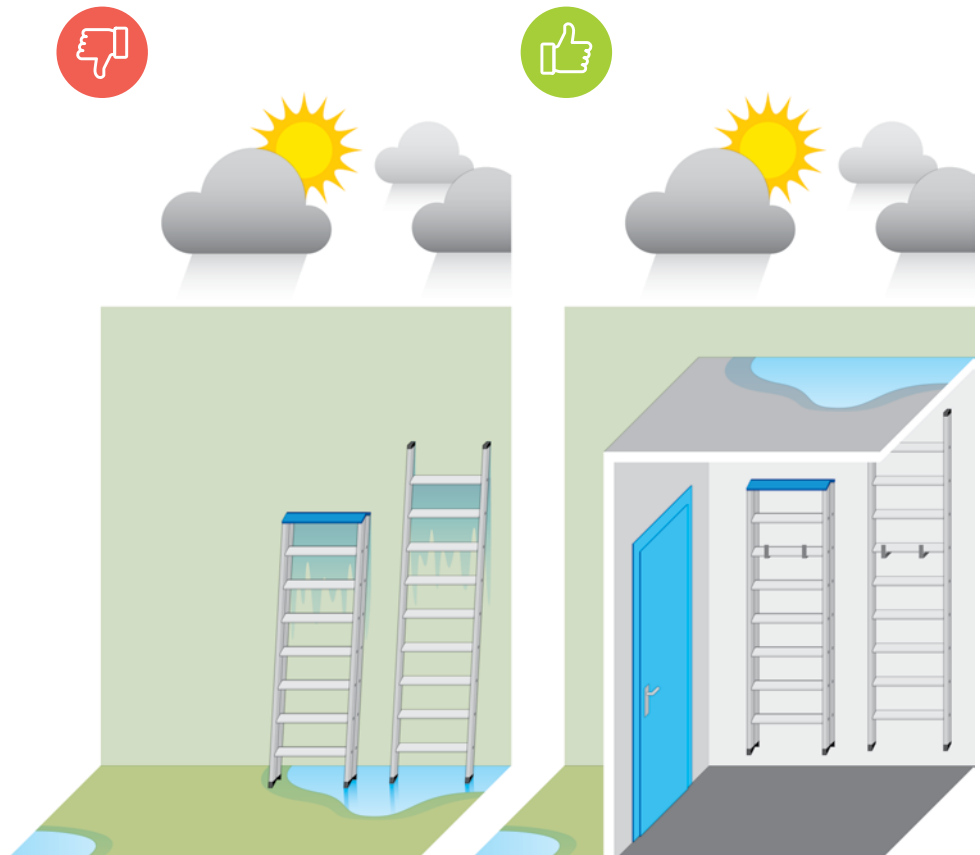
Die passende Leiter auswählen

Zuerst prüfen, ob eine Leiter überhaupt das richtige Arbeitsgerät für die geplante Tätigkeit ist. Dann sorgfältig auswählen – abgestimmt auf die jeweilige Aufgabe und den Einsatzort. Wichtige Aspekte sind zum Beispiel: maximale Traglast, erforderliche Länge, Art der Nutzung, mitgeführtes Material und Werkzeuge, Bodenbeschaffenheit am Einsatzort.



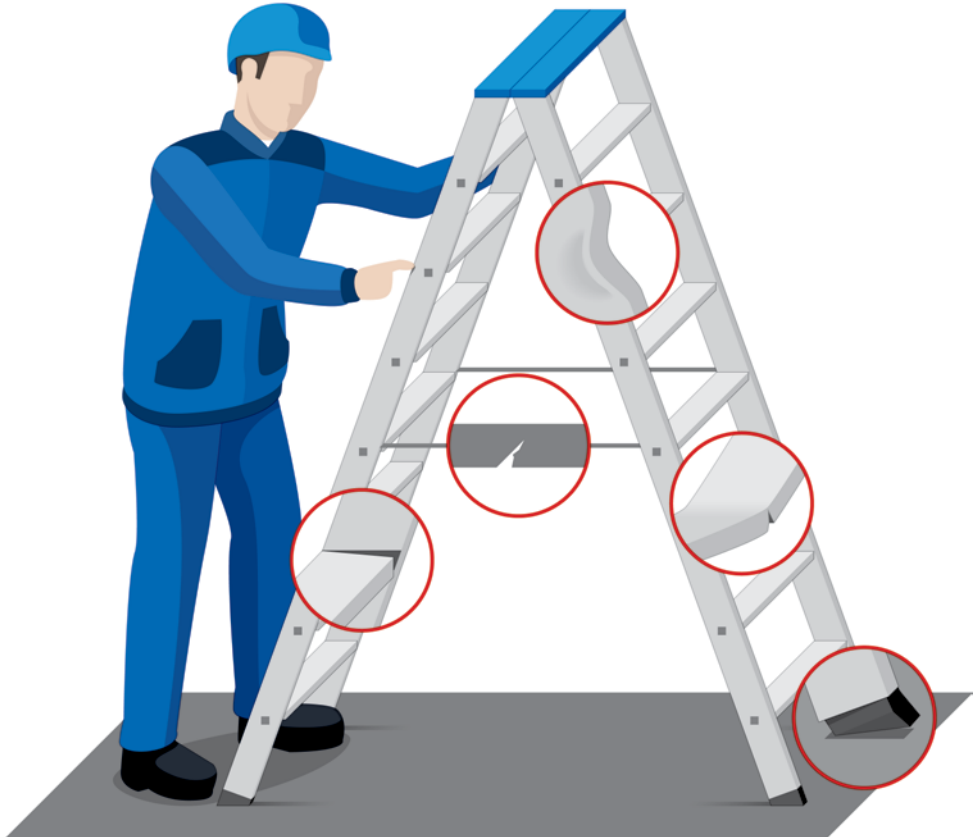
Trocken und sicher lagern

Leitern nach der Arbeit trocken und sicher lagern – am besten an einem speziell dafür vorgesehenen Ort. Vor direkter Sonneneinstrahlung und Witterung schützen. Hitze, Kälte, Feuchtigkeit oder UV-Strahlung können das Material angreifen und die Sicherheit beeinträchtigen – besonders bei Leitern aus Kunststoff oder Holz.



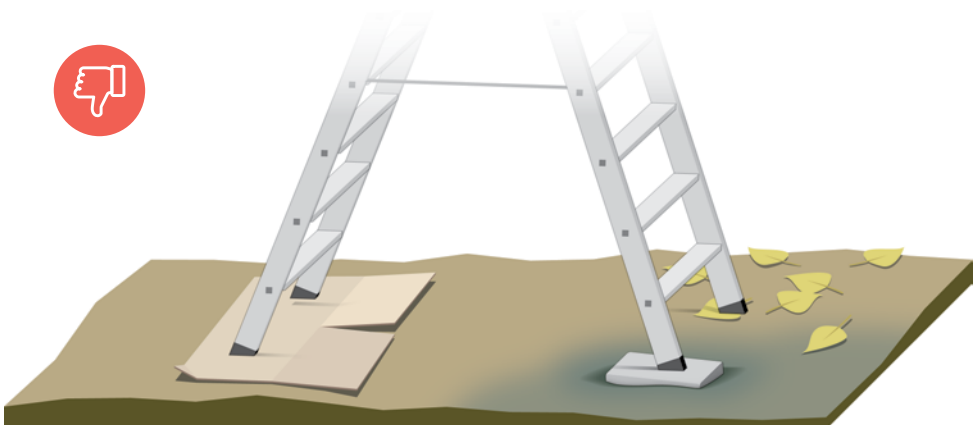
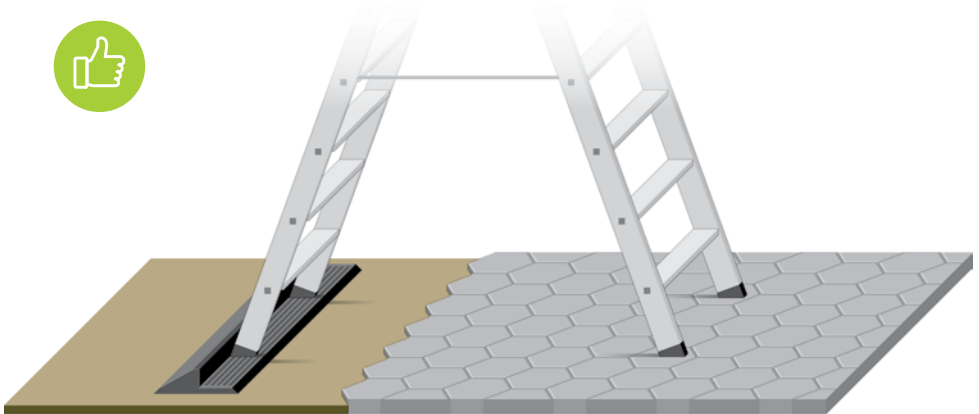
Vor Gebrauch sorgfältig prüfen

Leitern vor jedem Einsatz sorgfältig prüfen. Sichtkontrolle durchführen und auf Risse, Dellen und verbogene Teile achten. Auch lose Sprossen sind ein Risiko. Leiterfüße nicht vergessen: Gummifüße oder andere Rutsicherungen müssen fest sitzen und unversehrt sein. Beschädigte Leitern aussortieren, kennzeichnen und nicht weiter verwenden.



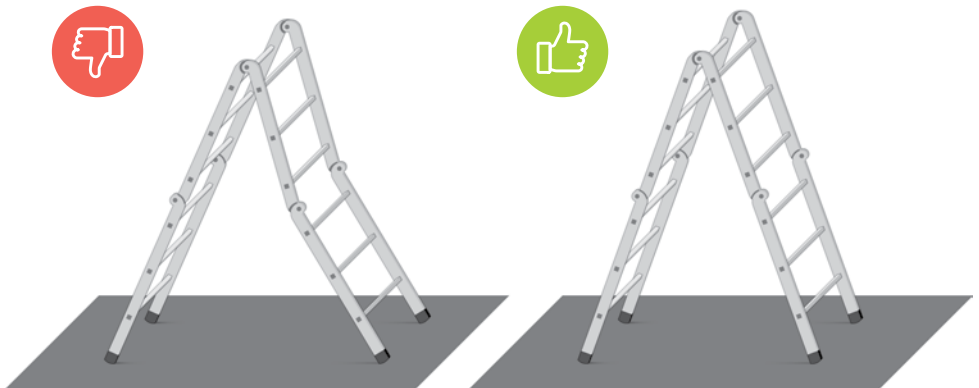
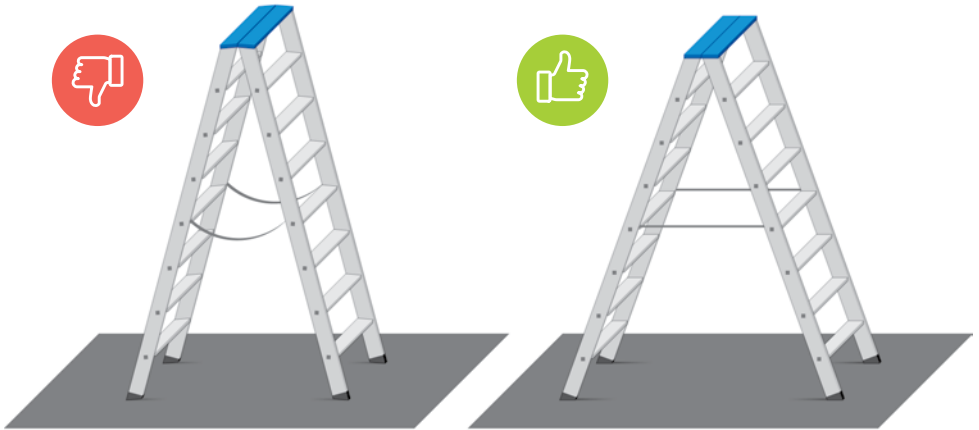
Auf sicheren Untergrund achten

Leitern immer auf festem, sauberem und ebenem Untergrund aufstellen. Der Boden muss tragfähig, trocken und rutschfest sein. Weiche Böden oder unebene Stellen vermeiden. Gegebenenfalls passende Unterlagen oder Leiterzubehör verwenden, um einen sicheren Stand zu gewährleisten. Kisten, Ziegelsteine, Tische oder lose Unterlagen sind keine geeigneten Unterlagen.



Auf sicheren Stand achten

Bei Steh- und Podestleitern vor Arbeitsbeginn sicherstellen, dass die Spreizsicherung vollständig eingerastet beziehungsweise gespannt ist. So rutscht die Leiter nicht weg. Spreizsicherung während der Arbeit bei Bedarf nachspannen. Die Gelenke von Mehrzweckleitern müssen in der gewünschten Stellung vollständig eingerastet sein.



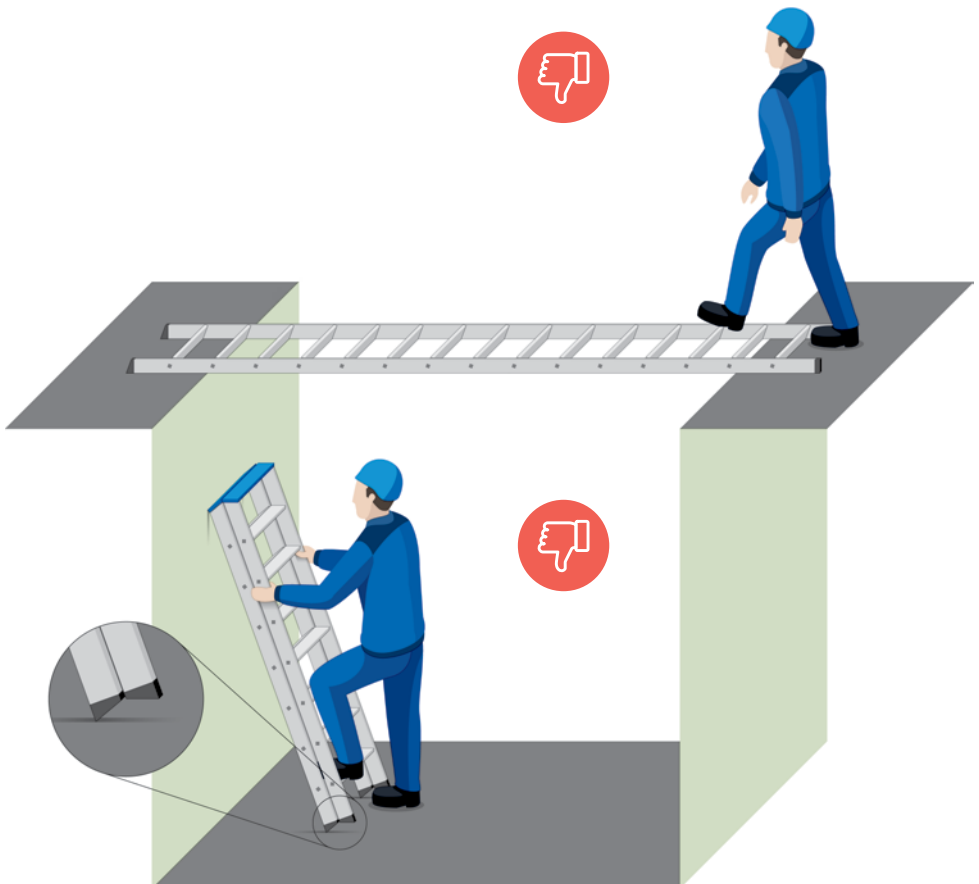
Umkippen verhindern

Leitern können leicht umkippen. Leitern deshalb nie hinter geschlossenen Türen aufstellen. Durch geeignete Warnhinweise darauf aufmerksam machen, dass auf einer Leiter gearbeitet wird. Geeignete Sicherungsmaßnahmen sind beispielsweise das Aufstellen von Absperrungen, Abschrankungen oder Warnposten.



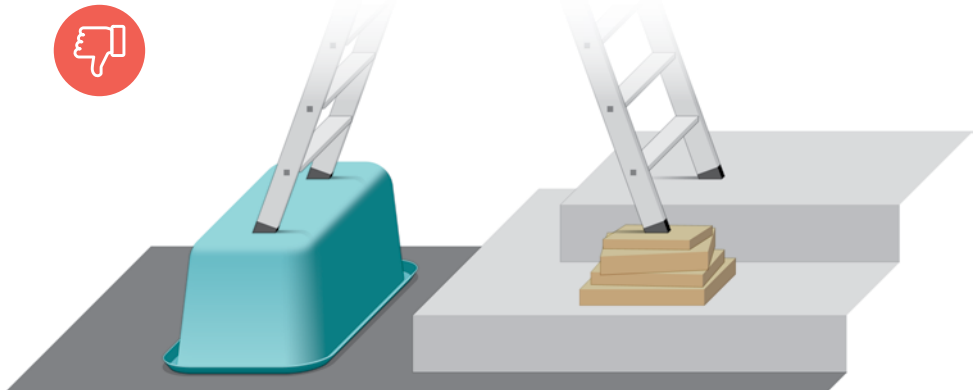
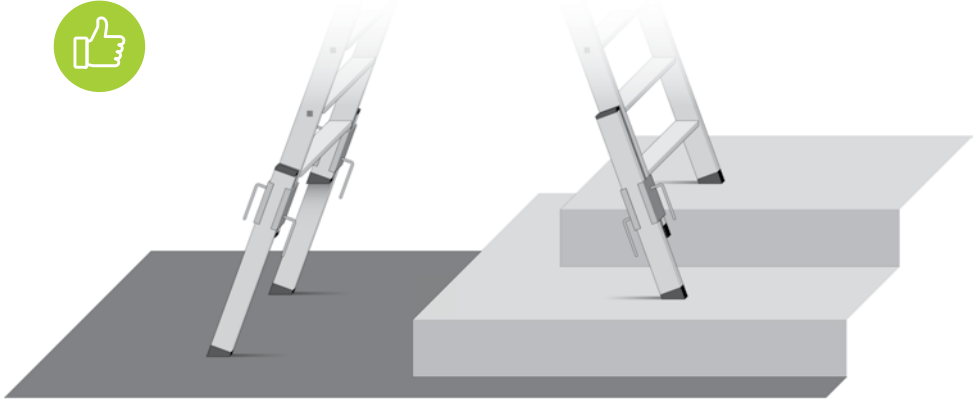
Bestimmungsgemäß verwenden

Leitern können nur dann sicher verwendet werden, wenn sie für die konkrete Aufgabe geeignet sind. Das bedeutet auch, Leitern nicht als Materialablage oder zur Überbrückung zu nutzen. Zusammengeklappte Standleitern nie als Anlegeleiter verwenden – die Kontaktfläche mit dem Boden ist zu klein, die Leiter kann wegrutschen oder nach hinten wegkippen.



Höhenunterschiede ausgleichen

Auf Treppen oder geneigten Flächen die Höhenunterschiede ausgleichen, damit die Leiter sicher steht. Dafür entweder Holmverlängerungen oder zugelassenes Zubehör verwenden. Keine provisorischen Hilfsmittel wie Steine, Holzreste oder Eimer unterlegen – sie machen die Leiter instabil und erhöhen das Unfallrisiko erheblich.



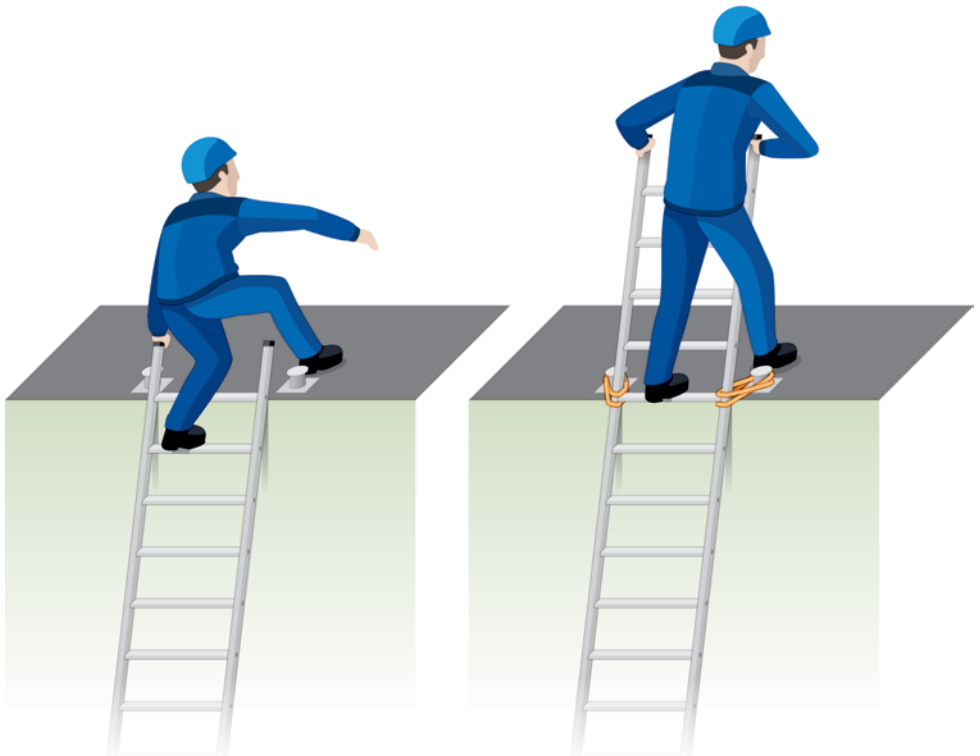
Auf richtigen Anstellwinkel achten

Wird die Leiter zu steil oder zu flach angelegt, kann sie umkippen. Daher den richtigen Anstellwinkel zwischen Boden und Leiter überprüfen – er sollte zwischen 65 und 75 Grad liegen. Dazu die Ellbogen-Methode verwenden: Mit den Füßen an den Fuß der Leiter stellen und den Ellbogen waagrecht zur Seite ausstrecken. Berührt er die Leiter, stimmt der Winkel. Die Methode funktioniert unabhängig von der Körpergröße.



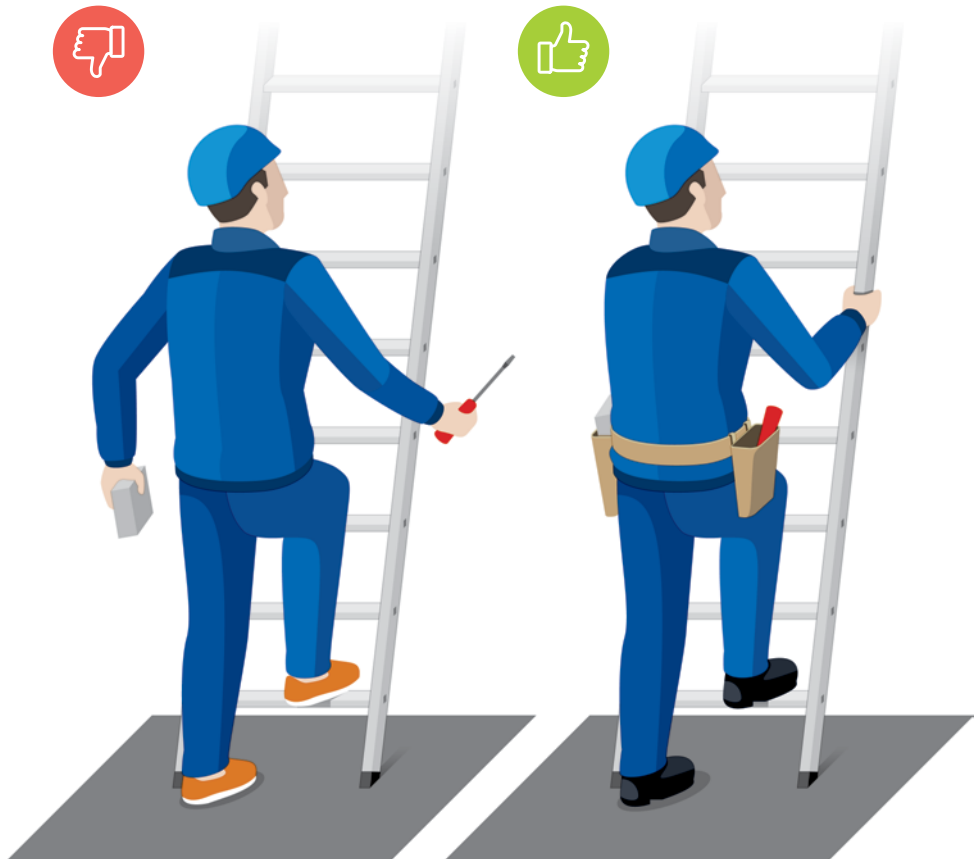
Vorsichtig übersteigen

Beim Übersteigen verlässt man die Leiter nach oben oder zur Seite, um auf die höhere Fläche zu gelangen. Das ist besonders gefährlich, wenn die Leiter am Kopfende nicht gegen Wegrutschen gesichert ist. Oder wenn sie zu kurz ist – dann kann man sich beim Übersteigen nicht festhalten. Deshalb nur übersteigen, wenn die Leiter mindestens einen Meter über die Austrittsstelle hinausragt und gesichert ist.



Vorsichtig auf- und absteigen

Viele Unfälle mit Leitern passieren beim Auf- oder Absteigen. Deshalb geschlossene, saubere Schuhe mit rutschfesten Sohlen tragen. Im Regelfall sind das spezielle Arbeitsschuhe. Die Hände frei machen und sich gut an der Leiter festhalten. Zum Transport von Werkzeugen und Material umhängbare Taschen, Gürtel oder Schürzen verwenden. Mehr als zehn Kilogramm dürfen auf einer Leiter nicht mitgeführt werden.



Vorsichtig arbeiten

Konzentriertes und sorgfältiges Arbeiten senkt das Unfallrisiko. Immer auf einen sicheren Stand auf der Leiter achten – je nach Leitertyp sieht dieser unterschiedlich aus. Arbeiten vermeiden, die eine seitliche Belastung bedeuten, wie zum Beispiel seitliches Bohren. Wenn möglich, Leiter durch eine zweite Person halten lassen. Beim Arbeiten nicht zu weit hinauslehnen, sondern den Standort der Leiter korrigieren.



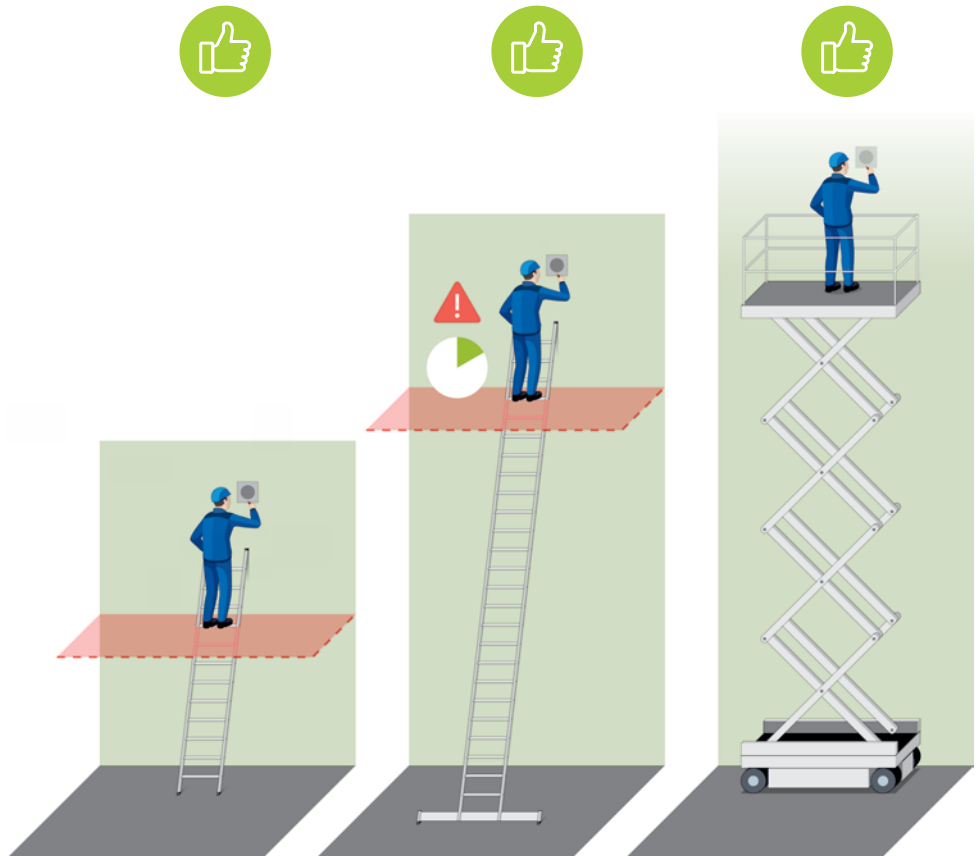
Gleichgewicht halten

Auf Leitern möglichst ruhig und gleichmäßig arbeiten und plötzlich wirkende Kräfte vermeiden. Schnelle Bewegungen, ruckartiges Ziehen oder Schieben können dazu führen, dass die Leiter kippt oder verrutscht. Für Arbeiten, die größere Kräfteinwirkung erfordern, besser andere Arbeitsmittel wie Arbeitsbühnen oder Gerüste verwenden.



Nicht zu hoch arbeiten

Grundsätzlich darf nur auf Leitern bis einer Standhöhe von zwei Metern gearbeitet werden. Auf Leitern bis fünf Metern ist es nur erlaubt, wenn sicher gearbeitet werden kann und dann nur für maximal zwei Stunden pro Schicht. Auf Leitern, die länger sind als fünf Meter, darf überhaupt nicht gearbeitet werden. Hier eine sicherere Alternative wählen, wie Gerüst oder Hubarbeitsbühne.




Leitern im Hartetest

Wieso sollte man eine Anlegeleiter nicht bis zur letzten Sprosse nutzen? Was kann passieren, wenn der Boden uneben ist? Wie gefahrlisch ist es, auf einer Leiter Lasten zu transportieren? Stuntman und RiskBuster Holger Schumacher zeigt, was passieren kann, wenn man Leitern nicht richtig verwendet: www.bgetem.de, Webcode: 18624583.



Bestell-Nr. T002

Unsere Medien für Sicherheit und Gesundheit am Arbeitsplatz
erhalten Sie unter  [medien.bgetem.de](https://www.medien.bgetem.de)

Bildnachweise:

Mihail/stock.adobe.com-434586698 (Titel)

New Africa/stock.adobe.com-400895538 (Seite 3)

Freepik/Flaticon (Seite 18)

Illustrationen: Jörg Block für BG ETEM

Unser Auftrag: Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit

Die BG ETEM ist die gesetzliche Unfallversicherung für rund vier Millionen Menschen in über 230.000 Mitgliedsbetrieben.

Wir helfen dabei, Arbeit für alle möglichst sicher zu machen. Wenn es zu einem Arbeitsunfall oder einer Berufskrankheit kommt, sind wir für Sie da und kümmern uns um Heilbehandlung, Rehabilitation und Wiedereingliederung in den Beruf.

Die BG ETEM versichert Mitarbeitende aus den Bereichen Energie- und Wasserwirtschaft, Textil und Mode, Feinmechanik, Elektrohandwerke und elektrotechnische Industrie sowie Druck und Papierverarbeitung.

Mehr über uns und unsere Leistungen:

www.bgetem.de

BG ETEM

Berufsgenossenschaft

Energie Textil Elektro Medienerzeugnisse

Gustav-Heinemann-Ufer 130

50968 Köln

Telefon: 0221 3778-0

www.bgetem.de

Folgen Sie uns:

