

Kompakt 03/2026

Arbeiten bei Hitze

Wie belastend sind hohe Temperaturen
für die Beschäftigten?

Arbeiten bei Hitze

Wie belastend sind hohe Temperaturen für die Beschäftigten?

Der menschengemachte Klimawandel führt zu einer Erwärmung der Erdatmosphäre. In Deutschland sind die Lufttemperaturen in den vergangenen Jahrzehnten noch deutlich stärker gestiegen als im globalen Durchschnitt. Das zeigt sich unter anderem an der Zunahme von heißen Tagen während der Sommermonate, an denen Temperaturen von 30 Grad Celsius und mehr erreicht werden.

Diese Entwicklung hat massive Folgen für die Arbeitswelt und die Beschäftigten. Arbeiten in großer Hitze bedeutet eine hohe gesundheitliche Belastung. Um die Körpertemperatur konstant zu halten, wird nicht nur mehr Schweiß produziert. Hitze bedeutet auch Stress für das Herz-Kreislauf-System. Die damit verbundenen Gesundheitsrisiken reichen von Konzentrationsstörungen und Erschöpfung bis hin zu potenziell lebensbedrohlichen Lungenproblemen und Herz-Kreislauf-erkrankungen.

Wie erleben die Beschäftigten die Situation? In der repräsentativen Befragung des DGB-Index Gute Arbeit 2026 wurden Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer in Deutschland danach gefragt, welche Auswirkungen der Klimawandel auf ihre Arbeit hat. Zwischen Januar und April 2026 gaben mehr als 4.000 Beschäftigte Auskunft darüber, wie stark sie sich durch Hitze bei der Arbeit belastet fühlen.

Die Ergebnisse unterstreichen die große Bedeutung des Themas. Jede*r dritte Beschäftigte in Deutschland fühlt sich durch das Arbeiten an heißen Tagen (eher) stark belastet. Besonders hohe Belastungen zeigen sich, wenn viel im Freien gearbeitet wird, Innenräume nicht klimatisiert sind und wenn die Tätigkeit bereits ohne Hitze durch hohe körperliche oder psychische Belastungen geprägt ist.

Der Klimawandel stellt den betrieblichen Arbeits- und Gesundheitsschutz vor neue Herausforderungen, die vielfach noch nicht ausreichend ernst genommen werden. Die gesetzliche Pflicht des Arbeitgebers, gesundheitliche Gefährdungen der Beschäftigten möglichst zu vermeiden, erstreckt sich auch auf den Schutz vor hohen Temperaturen. Maßnahmen zur Prävention hitzebedingter Gesundheitsbeeinträchtigungen gehören deshalb zu den zentralen Aufgaben des betrieblichen Gesundheitsschutzes und werden in den kommenden Jahren weiter an Bedeutung gewinnen.

Zentrale Ergebnisse

In der repräsentativen Befragung des DGB-Index Gute Arbeit 2026 mit dem Schwerpunktthema „Klimawandel und Arbeit“ wurden mehr als 4.000 Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer befragt. Hinsichtlich der Belastung durch Hitze zeigen sich die diese zentralen Ergebnisse:

- Jede*r Dritte Befragte (35 Prozent) fühlt sich durch hohe Temperaturen bei der Arbeit stark oder eher stark belastet.
- Besonders ausgeprägt ist die Hitzebelastung, wenn die berufliche Tätigkeit (auch) im Freien ausgeübt wird. Wird täglich mehr als sechs Stunden im Freien gearbeitet, fühlen sich 58 Prozent durch Hitze (eher) stark belastet.
- Bei Beschäftigten, die ausschließlich in Innenräumen arbeiten, hängt die Hitzebelastung stark von der baulichen Gestaltung der Arbeitsräume ab. Wenn es Maßnahmen zur Temperaturregulierung gibt (z.B. durch Sonnenschutz, Lüftungs- oder Klimaanlage), geben 20 Prozent an (eher) stark belastet zu sein. Ohne solche baulichen Maßnahmen sind es 50 Prozent.
- Die Belastung durch hohe Temperaturen steigt mit der Arbeitsintensität. Je stärker der Zeitdruck bei der Arbeit ist, desto häufiger wird Hitze als belastend empfunden. Der Anteil steigt von 23 Prozent (nie Zeitdruck) auf 48 Prozent (sehr häufig Zeitdruck).
- Körperlich schwere Arbeit ist ein weiterer Faktor, der auf die Hitzebelastung einwirkt. Bei Beschäftigten ohne schwere körperliche Belastungen fühlen sich 26 Prozent (eher) stark belastet. Bei Beschäftigten, die sehr häufig körperlich schwere Arbeit verrichten, fühlen sich 54 Prozent (eher) stark durch Hitze belastet.

Es wird heißer

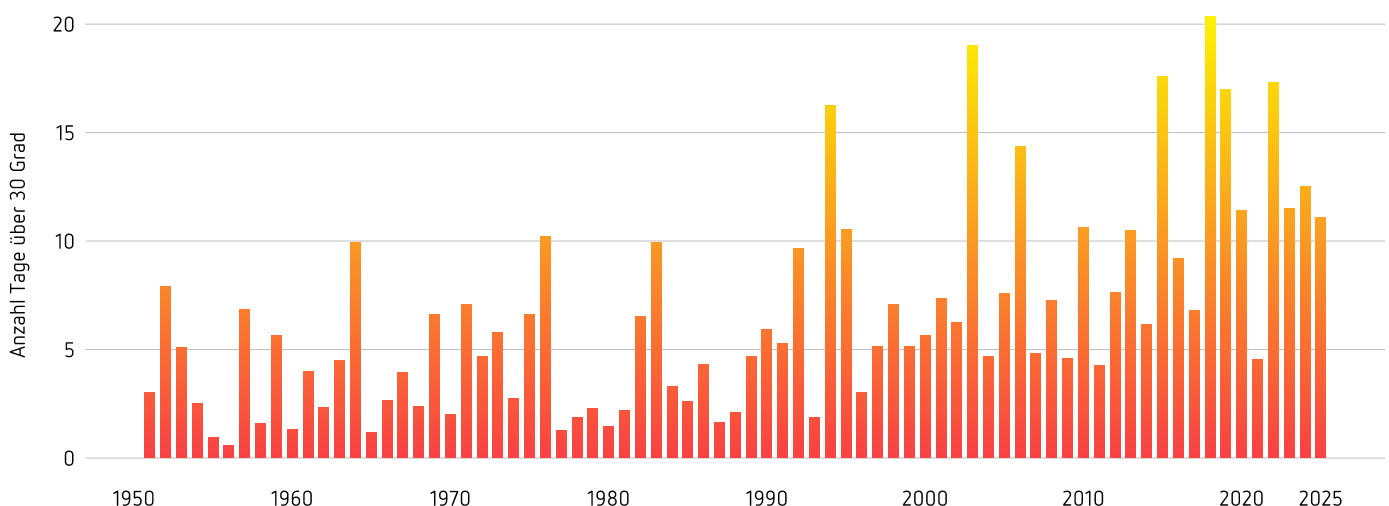
Der menschengemachte Klimawandel führt zu einer globalen Erwärmung. Dieser Trend hat sich in der jüngeren Vergangenheit beschleunigt. Weltweit traten die zehn wärmsten Jahre seit Beginn der Temperaturaufzeichnungen in den Jahren seit 2015 auf.

Ein Indikator für die steigenden Temperaturen ist die Anzahl der Hitzetage pro Jahr. Als Hitzetage gelten Tage, an denen eine Durchschnittstemperatur von mindestens 30 Grad Celsius erreicht wird. Für Deutschland zeigt sich bei den heißen Tagen seit den 1990er Jahren ein starker Anstieg (Abb. 1).¹

Abb. 1

Hitzetage in Deutschland 1950 bis 2025

(Anzahl der Tage mit einem Lufttemperatur-Maximum von mindestens 30° Celsius)



Der Trend zu mehr Hitzetagen betrifft alle Regionen in Deutschland, wenn auch in unterschiedlicher Ausprägung. So treten in Süddeutschland deutlich mehr Hitzetage auf als an den Küstenregionen.

Die Szenarien für die Zukunft gehen von einem weiteren Anstieg der Durchschnittstemperaturen und damit einer Zunahme der Hitzetage aus. Bis zum Ende des 21. Jahrhunderts könnte es in einigen Regionen Deutschlands bis zu 40 Tage pro Jahr geben, in denen die Temperaturen 30 Grad Celsius oder mehr betragen.

Für Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer bedeutet das: Die gesundheitlichen Belastungen, die mit der Arbeit an Hitzetagen verbunden sind, werden in Zukunft zunehmen.

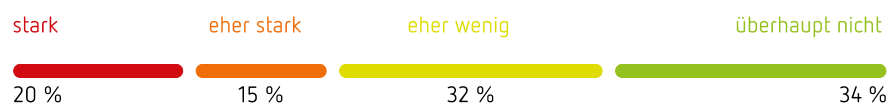
¹ Die Daten in Abbildung 1 stammen vom Deutschen Wetterdienst. Die genaue Quellenangabe findet sich auf Seite 10.

Jede*r Dritte durch Hitze belastet

Wie stark fühlen sich Beschäftigte bei ihrer Arbeit durch Hitze belastet? Lediglich ein Drittel der Befragten gibt an, dass Hitzebelastung keine Rolle spielt (Abb. 2). Für ein weiteres Drittel (35 Prozent) stellt Hitze bei der Arbeit dagegen eine starke oder eher starke Belastung dar.

Abb. 2

Wie stark fühlen Sie sich durch starke Hitze bei der Arbeit belastet?



Frauen (36 Prozent) berichten leicht häufiger als Männer (33 Prozent) von (eher) starker Hitzebelastung. Und mit steigendem Alter berichten mehr Beschäftigte von Belastung durch Hitze. Allerdings sind die Unterschiede nicht groß (15-25 Jahre: 31 Prozent, über 55 Jahre: 37 Prozent).

Deutlichere Unterschiede bei der Hitzebelastung werden mit Blick auf die Berufsgruppen deutlich. In Bauberufen, in Berufen der Land- und Forstwirtschaft sowie des Gartenbaus, bei Verkehr- und Logistikberufen, aber auch in lehrenden und ausbildenden Berufen liegt der Anteil der Beschäftigten, die durch Hitze (eher) stark belastet sind über dem Durchschnitt.

Dagegen fühlen sich Beschäftigte aus den Berufsgruppen Konstruktion und technische Entwicklung, Informatik, Einkauf/Vertrieb/Handel sowie im Verkauf seltener durch Hitze belastet.

Die Unterschiede zwischen den Berufsgruppen weisen darauf hin, dass die Arbeitsbedingungen für die Hitzebelastung der Beschäftigten eine wichtige Rolle spielen. Es macht einen deutlichen Unterschied, ob im Freien oder in Innenräumen gearbeitet wird, ob es bauliche Maßnahmen zur Temperaturregulierung gibt oder wie hoch die Arbeitsintensität und die körperlichen Anforderungen sind. Diese Tätigkeitsmerkmale und ihr Zusammenhang zur Hitzebelastung der Beschäftigten werden im Folgenden betrachtet.

Hitzebelastung bei Arbeit im Freien

Wie stark Beschäftigte durch hohe Lufttemperaturen bei der Arbeit belastet werden, hängt von verschiedenen Faktoren ab. Eine wesentliche Rolle spielt dabei der Arbeitsort. Beschäftigte, die im Freien arbeiten, sind hohen Temperaturen sowie der direkten Sonneneinstrahlung unmittelbar ausgesetzt und daher besonders von Hitze betroffen.

Ein Viertel aller Beschäftigten gibt an, die berufliche Tätigkeit zumindest teilweise im Freien auszuüben (Abb. 3). Der Umfang, in dem dies geschieht, ist unterschiedlich. 13 Prozent der Befragten geben an, in den Monaten April bis September normalerweise eine bis drei Stunden pro Tag im Freien zu arbeiten. Sechs Prozent tun dies vier bis sechs Stunden, weitere sechs Prozent arbeiten mehr als sechs Stunden täglich im Freien.

Abb. 3

Wie viele Stunden arbeiten Sie in den Monaten April bis September an einem normalen Arbeitstag im Freien?

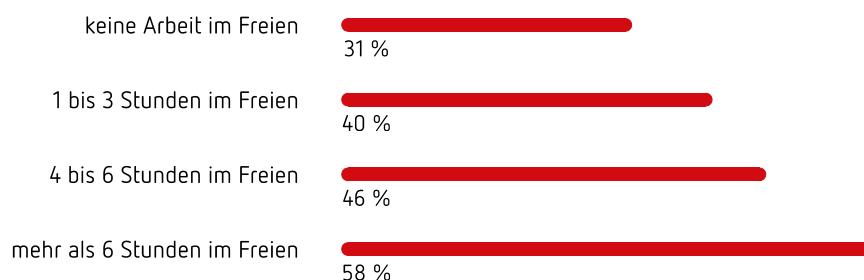


Die Belastung durch starke Hitze hängt eng mit dem Umfang der Arbeit im Freien während des Sommerhalbjahres zusammen. Der Anteil der Belasteten steigt mit der Dauer der Arbeit im Freien. In der Gruppe derjenigen, die mehr als sechs Stunden draußen arbeiten, fühlen sich knapp 60 Prozent durch Hitze (eher) stark belastet. Wird gar nicht im Freien gearbeitet, gibt etwa jede*r Dritte an, sich an Hitzetagen belastet zu fühlen (Abb. 4).

Abb. 4

Hitzebelastung bei Arbeit im Freien

(Anteil der Befragten, die sich durch Hitze (eher) stark belastet fühlen)



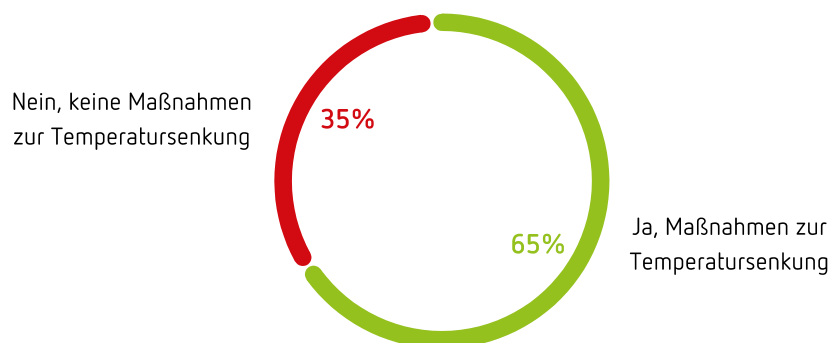
Gestaltung von Innenräumen

Sommerliche Hitze beeinflusst auch die Arbeitsbedingungen in Innenräumen. Höhere Raumtemperaturen in Büro- und Verkaufsräumen, Lagerhallen, Gesundheits- oder Bildungseinrichtungen können die Hitzebelastung der Beschäftigten verstärken.

Ausschlaggebend für das Ausmaß der Hitzebelastung sind insbesondere die baulichen Eigenschaften der Gebäude. Eine wichtige Rolle spielen dabei die Offenheit und Wärmedämmung der Räume sowie das Vorhandensein technischer oder baulicher Maßnahmen zur Temperaturregulierung, beispielsweise Sonnenschutzvorrichtungen, Klima- oder Lüftungsanlagen. Von den Beschäftigten, die nicht im Freien arbeiten, geben zwei Drittel an, dass solche baulichen Maßnahmen existieren (Abb. 5). Für ein Drittel ist dies nicht der Fall.

Abb. 5

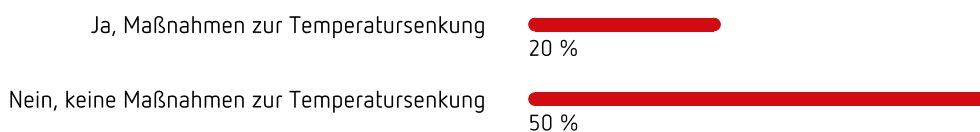
Bauliche Maßnahmen zur Absenkung der Raumtemperatur (z.B. Sonnenschutzvorrichtungen, Klima- oder Lüftungsanlagen)



Die Wirksamkeit der baulichen Maßnahmen zeigt sich bei der Hitzebelastung. Ohne solche Maßnahmen fühlt sich die Hälfte der Befragten durch Hitze bei der Arbeit (eher) stark belastet, mit entsprechenden Maßnahmen sind es noch 20 Prozent (Abb. 6).

Abb. 6

Bauliche Maßnahmen und Hitzebelastung (Anteil der Befragten, die sich durch Hitze (eher) stark belastet fühlen)



Belastungsfaktor Zeitdruck

Neben dem Arbeitsort sind die Arbeitsbedingungen ausschlaggebend dafür, wie stark Hitze bei der Arbeit als Belastung empfunden wird. Ein Indikator für eine hohe Arbeitsbelastung ist das Arbeiten unter Zeitdruck. Die Hälfte aller Befragten gibt an, sich bei der Arbeit sehr häufig oder oft gehetzt zu fühlen (Abb. 7). Für die andere Hälfte ist dies selten oder nie der Fall.

Abb. 7

Wie häufig fühlen Sie sich bei der Arbeit gehetzt oder stehen unter Zeitdruck?

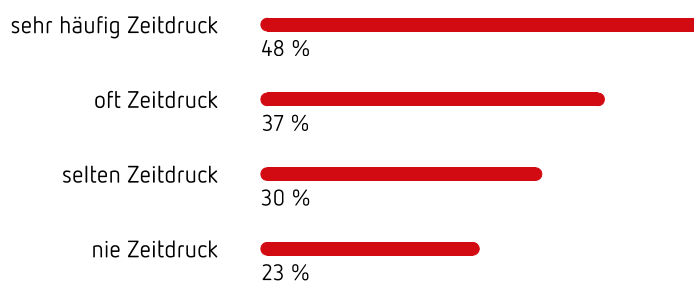


Arbeiten unter Zeitdruck ist eine psychische Belastung, häufig mit erhöhtem Stress und der Anforderung eines schnellen Arbeitstempos verbunden. Arbeiten unter Zeitdruck verstärkt die empfundene Belastung durch Hitze, wie Abb. 8 zeigt. Je häufiger Beschäftigte unter Zeitdruck arbeiten, desto häufiger berichten die Befragten auch von (eher) starken Belastungen durch hohe Temperaturen. Der Anteil der durch Hitze (eher) stark Belasteten steigt von einem Viertel, wenn ohne Zeitdruck gearbeitet wird, auf die Hälfte, wenn Zeitdruck sehr häufig auftritt.

Abb. 8

Zeitdruck und Hitzebelastung

(Anteil der Befragten, die sich durch Hitze (eher) stark belastet fühlen)



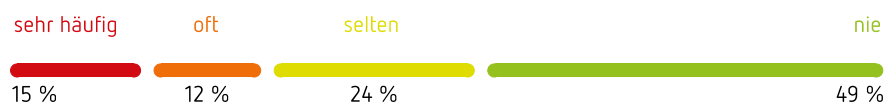
Belastungsfaktor körperlich schwere Arbeit

Eine körperlich schwere Tätigkeit verstärkt die gesundheitlichen Risiken bei der Arbeit an heißen Tagen. Zu der hohen Lufttemperatur kommt die durch Muskelaktivität erzeugte Wärme hinzu. Dies kann negative Auswirkungen auf die Wärmebilanz des Körpers haben.

Körperlich schwere Arbeit ist in Deutschland keine Ausnahme. Die Befragungsergebnisse zeigen: Mehr als jede*r vierte Befragte muss sehr häufig oder oft körperlich schwer arbeiten zu müssen (Abb. 9).

Abb. 9

Wie häufig kommt es vor, dass Sie körperlich schwer arbeiten müssen, z.B. schwer heben, tragen oder stemmen?

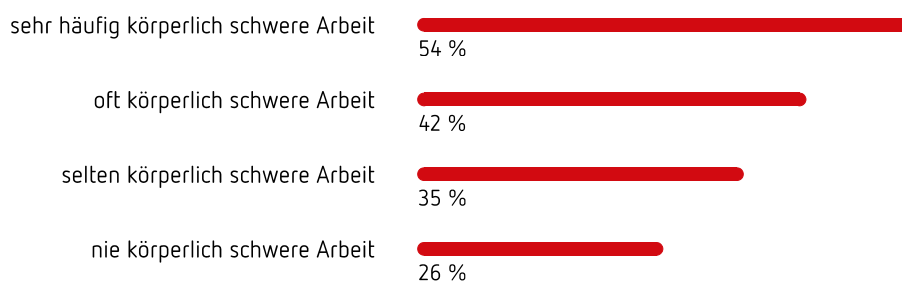


Die Wirkung körperlicher Arbeit auf die Hitzebelastung zeigt sich in den Befragungsergebnissen. Je häufiger körperlich schwere Tätigkeiten sind, desto stärker ist auch die Hitzebelastung. Der Anteil der (eher) stark belasteten steigt von 26 Prozent, wenn nie körperlich schwer gearbeitet wird, auf 54 Prozent, wenn sehr häufig körperlich schwer gearbeitet wird (Abb. 10)

Abb. 10

Hitzebelastung und körperlich schwere Arbeit

(Anteil der Beschäftigten, die sich bei Hitze (eher) stark belastet fühlen)



Methodische Hinweise

Die vorliegende Auswertung zum Thema „Arbeiten bei Hitze“ basiert auf den Daten der bundesweit repräsentativen Beschäftigtenbefragung „DGB-Index Gute Arbeit“. Mit dem DGB-Index Gute Arbeit werden in Deutschland beschäftigte Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer (ohne Auszubildende) zur Qualität ihrer Arbeitsbedingungen befragt. Die jährliche telefonische Erhebung (CATI) beruht auf einer Zufallsstichprobe abhängig Beschäftigter mit einer Wochenarbeitszeit von mindestens 10 Stunden.

Für die Auswertung wurden die Daten des Jahres 2026 verwendet. Im Befragungszeitraum von Januar bis Mai 2026 wurden 4.031 Arbeitnehmer*innen befragt. Schwerpunktthema der Befragung waren die Auswirkungen des Klimawandels auf die Arbeit.

Wenn in der Darstellung von „Durchschnitt“ oder „Mittelwert“ gesprochen wird, ist immer das gewichtete arithmetische Mittel gemeint. Alle Ergebnisse wurden mit Hilfe von Gewichtungsfaktoren berechnet.

Die angegebenen Prozentzahlen und Indexwerte sind auf ganze Zahlen aufgerundet. Die Rundung der Zahlen auf ganzzahlige Werte kann in einzelnen Fällen dazu führen, dass sich Prozentzahlen, z. B. bei Darstellungen von Häufigkeiten, nicht exakt zu 100 Prozent addieren.

Die Daten in Abbildung 1 zu den Hitzetagen in Deutschland von 1950 bis 2025 stammen vom Deutschen Wetterdienst. Die Zusammenstellung erfolgte durch das Umweltbundesamt und ist hier abzurufen:

<https://www.umweltbundesamt.de/daten/umweltindikatoren/indikator-heisse-tage> (Zugriff am 15.06.2026).

Impressum

Arbeiten bei Hitze
Wie belastend sind hohe Temperaturen
für die Beschäftigten?

DGB-Index Gute Arbeit Kompakt 03/2026
Juli 2026

Herausgeber:
Institut DGB-Index Gute Arbeit
Redaktion: Dr. Rolf Schmucker und Robert Sinopoli
Keithstr. 1
10787 Berlin
web: www.dgb-index-gute-arbeit.de
mail: index-gute-arbeit@dgb.de

Presserechtlich verantwortlich:
Oliver Suchy
Deutscher Gewerkschaftsbund
Keithstr. 1
10787 Berlin

Nachdruck von Texten und Grafiken nur mit Quellenangabe