

БЕЗОПАСНИ И ЗДРАВΟΣЛОВНИ УСЛОВИЯ НА РАБОТА В ГОРЕЦО ВРЕМЕ



Рискове



Изгаряне на кожата



Топлинен удар



Прегряване

ВНИМАНИЕ: в някои случаи и при някои условия можете да се изложите на допълнителен риск



Симптоми



Умора и
занижена
концентрация



Главоболие



Световъртеж



Гадене,
повръщане



Немощ,
губене на
съзнание



Ускорен
пулс



Мускулна
крампа



Обилно
потене
или липса
на потене
изобщо



Пребледнял
вид



Суха,
зачервена
кожа



Защитни ЛПС



Шапка с предпазна яка или друга защита за главата



Прохладно облекло



Обадете се при спешен случай



Мерки

1. Преди работа



Получете инструктаж



Намажете се със слънцезащитен крем (фактор 20+)



Започнете работата рано

2. По време на работа



На работното място носете със себе си бутилка за напитки *



Пийте вода редовно (забележка: да не е твърде студена и да съдържа достатъчно минерали)



Нанасяйте слънцезащитен крем на всеки два часа



Грижете се един за друг



Осигурете си достатъчно почивка при физическа работа



Поискайте помощ незабавно при поява на оплаквания

*Работите ли с опасни вещества? В такъв случай се консултирайте със своя ръководител относно съответните правила