

Udhëzim për punonjësit lidhur me rregulloren për mbrojtjen nga nxehtësia (HitzeschutzVO)

Emri: _____

Punonëtorët janë udhëzuar për pikat e mëposhtme lidhur me punën në ambiente të hapura gjatë temperaturave të larta dhe ekspozimit ndaj rrezatimit UV:

- Zbatimi i masave të rregullores për mbrojtjen nga nxehtësia (HitzeschutzVO) bazohet në paralajmërimet për vapë të GeoSphere Austria. Paralajmërimet mund të kontrollohen çdo ditë në faqen e internetit të GeoSphere Austria (geosphere.at), si dhe në formën e një parashikimi 5-ditor sipas rajoneve.
- Nxehtësia mund ta ngarkojë ndjeshëm organizmin e njeriut, ndërsa rrezatimi UV mund të dëmtojë veçanërisht lëkurën dhe sytë. Gjithashtu, në këto kushte mund të ulen përqendrimi dhe aftësia për punë, gjë që rrit edhe rrezikun e aksidenteve. Në rast të ngarkesës së lartë mund të shfaqen shqetësime të shkaktuara nga nxehtësia, si lodhja nga nxehtësia ose goditja nga vapa, ku personat e prekur shpesh nuk i dallojnë menjëherë simptomat.
- Gjatë periudhës nga prilli deri në shtator, veçanërisht ndërmjet orës 11:00 dhe 15:00, duhet të sigurohet mbrojtje e mjaftueshme ndaj rrezatimit UV – edhe në mot me vransim. Duhet të përdoren mbulesa për kokën dhe syze dielli, pjesa e sipërme e trupit duhet të mbulohet me veshje tekstile, ndërsa pantallonat duhet të jenë të gjatë të paktën deri te gjunjët.
- Nga paralajmërimi për vapë i GeoSphere Austria – shkalla 2 (temperatura e ndier mbi 30 °C) – duhet të respektohen sa më mirë të jetë e mundur masat e mëposhtme: të bëhen pushime të rregullta për pirje, të konsumohen mjaftueshëm lëngje dhe të mos konsumohet alkool. Punët përgatitore duhet, nëse është e mundur, të zhvendosen në zona me hije ose më të freskëta, dhe ngarkesa e punës duhet të reduktohet, nëse është e mundur.
- Punëtorët janë informuar që të jenë të vëmendshëm edhe ndaj simptomave të shkaktuara nga nxehtësia – tek kolegët. Këto përfshijnë veçanërisht dhimbje koke, marramendje, ndjenj për vjellje, ngërçe, lëkurë të nxehtë dhe të thatë ose djersitje të tepërt, si dhe çrregullime të vetëdijes.
- Tërhiqet vëmendja për masat e mëposhtme të ndihmës së parë në rast të simptomave nga nxehtësia: puna duhet të ndërpritet dhe personat e përkatës duhet të dërgohen në hije ose në ambiente të freskëta. Trupi duhet të ftohet me peshqirë të lagur dhe të lirohet nga rrobat e ngushta. Në rast të problemeve me qarkullimin e gjakut ose goditjes nga vapa, këmbët mund të ngrihen lartë, sipas nevojës. Gjithashtu, personat e prekur, perkates duhet të pijnë ngadalë. Në rast të humbjes së vetëdijes, personi duhet të vendoset në pozicion stabil anësor (anash, në krah) . Në rast përkeqësimi ose humbjeje të vetëdijes duhet të thirret urgjenca (144).
- Gjithashtu është bërë informimi se kontrollet vullnetare mjekësore për personat që punojnë rregullisht në ambiente të hapura janë zgjeruar pas përfshirjes së kancerit të lëkurës në listën e sëmundjeve profesionale. Qëllimi është zbulimi i hershëm i ndryshimeve në lëkurë përmes një kontrolli bazë nga mjekët e mjekësisë së punës; në rast të gjetjeve të dyshimta duhet të bëhet kontrolli nga mjeku specialistik.