

## Инструктаж за работниците относно Наредбата за защита от топлина (HitzeschutzVO)

Име: \_\_\_\_\_

Работниците бяха инструктирани по следните точки относно работата на открито при горещини и UV-натоварване:

- Прилагането на мерките по HitzeschutzVO се основава на предупрежденията за горещини на GeoSphere Austria. Предупрежденията за горещини могат да бъдат проверявани ежедневно и под формата на 5-дневна прогноза по райони на уебсайта на GeoSphere Austria (geosphere.at).
- Горещината може силно да натовари човешкия организъм, докато UV-лъчението може да увреди по-специално кожата и очите. Освен това концентрацията и работоспособността могат да намалееят при тези условия, което увеличава и риска от злополуки. При силно натоварване могат да възникнат оплаквания, свързани с горещината, като топлинно изтощение или топлинен удар, като засегнатите често не разпознават веднага сами симптомите.
- В периода от април до септември, особено между 11:00 и 15:00 часа, трябва да се осигурява достатъчна защита от UV-лъчение – дори при облачно време. Необходимо е използването на покривало за глава и слънчеви очила, горната част на тялото трябва да бъде покрита с текстилно облекло, както и да се носят панталони поне до коленете.
- При предупреждение за горещини от GeoSphere Austria – ниво 2 (усещана температура от 30 °C) – следва да се спазват възможно най-добре следните мерки: редовни почивки за пиене на вода, прием на достатъчно течности и без консумация на алкохол. Подготвителните работи трябва по възможност да бъдат преместени в сенчести или по-хладни зони, а работното натоварване – ако е възможно – да бъде намалено.
- Работниците бяха уведомени да следят за симптоми, свързани с горещината – включително при колегите. Към тях спадат по-специално главоболие, замайване, гадене, спазми, горещца, суха или силно изпотена кожа, както и нарушения в съзнанието.
- Обръща се внимание на следните мерки за първа помощ при симптоми, причинени от горещина: Работата трябва да бъде прекъсната и засегнатите лица трябва да бъдат преместени на сянка или в прохладни помещения. Тялото трябва да се охлажда с влажни кърпи и стегнатото облекло да се разхлаби. При проблеми с кръвообращението или топлинен удар при необходимост краката могат да бъдат повдигнати. Освен това засегнатите трябва да приемат течности бавно. При загуба на съзнание лицето трябва да бъде поставено в стабилно странично положение. При влошаване на състоянието или загуба на съзнание трябва да се извика спешна помощ (144).
- Освен това беше информирано, че доброволните прегледи при редовна работа на открито са разширени, след като ракът на кожата беше включен в списъка на професионалните заболявания. Целта е ранното откриване на кожни изменения чрез основен преглед от лекари по трудова медицина; при установяване на отклонения трябва да се извърши преглед от специалист.

Инструктажът е получен на дата \_\_\_\_\_

Подпис \_\_\_\_\_