

Instrukcja pracowników dotycząca rozporządzenia w sprawie ochrony przed upałem (HitzeschutzVO)

Imię i nazwisko: _____

Pracownicy zostali poinstruowani w następujących kwestiach związanych z pracą na zewnątrz w warunkach wysokiej temperatury i narażenia na promieniowanie UV:

- Wdrażanie środków przewidzianych w rozporządzeniu o ochronie przed upałem (HitzeschutzVO) opiera się na ostrzeżeniach przed upałami wydawanych przez GeoSphere Austria. Ostrzeżenia można sprawdzać codziennie na stronie internetowej GeoSphere Austria (geosphere.at), a także w formie 5-dniowej prognozy dla poszczególnych powiatów.
- Wysoka temperatura może znacznie obciążać organizm człowieka, a promieniowanie UV może szczególnie szkodzić skórze i oczom. Ponadto w takich warunkach może się obniżyć koncentracja i wydajność pracy, co zwiększa również ryzyko wypadków. Przy silnym obciążeniu mogą wystąpić dolegliwości związane z upałem, takie jak wyczerpanie cieplne lub udar cieplny, przy czym osoby poszkodowane często nie rozpoznają od razu objawów.
- W okresie od kwietnia do września, szczególnie między godziną 11:00 a 15:00, należy zadbać o odpowiednią ochronę przed promieniowaniem UV – również przy zachmurzeniu. Należy używać nakrycia głowy i okularów przeciwsłonecznych, górna część ciała powinna być zakryta odzieżą tekstylną, a spodnie powinny sięgać co najmniej do kolan.
- Od poziomu 2 ostrzeżenia przed upałem GeoSphere Austria (temperatura odczuwalna od 30 °C) należy w miarę możliwości przestrzegać następujących środków: robić regularne przerwy na uzupełnienie płynów oraz pić wystarczającą ilość. Pod żadnym pozorem nie spożywać alkoholu. Prace przygotowawcze powinny być, jeśli to możliwe, przeniesione do zacienionych lub chłodniejszych miejsc, a obciążenie pracą powinno zostać zmniejszone, jeśli to możliwe.
- Pracownicy zostali poinformowani, aby zwracać uwagę na objawy związane z przegrzaniem – również u współpracowników. Należą do nich przede wszystkim bóle głowy, zawroty głowy, nudności, skurcze, gorąca i sucha skóra lub nadmierne pocenie się, a także zaburzenia świadomości.
- Zwrócono uwagę na następujące środki pierwszej pomocy przy objawach związanych z upałem: należy przerwać pracę i przenieść osoby poszkodowane do cienia lub chłodnych pomieszczeń. Ciało należy chłodzić wilgotnymi ręcznikami, a ciasną odzież poluzować. W przypadku problemów z krążeniem lub udaru cieplnego można w razie potrzeby unieść nogi. Ponadto osoby poszkodowane powinny powoli pić płyny. W przypadku utraty przytomności należy ułożyć osobę w pozycji bocznej bezpiecznej. W razie pogorszenia stanu lub utraty przytomności należy wezwać pogotowie ratunkowe (144).
- Ponadto poinformowano, że dobrowolne badania profilaktyczne dla osób regularnie pracujących na zewnątrz zostały rozszerzone po wpisaniu raka skóry na wykaz chorób zawodowych. Celem jest wczesne wykrywanie zmian skórnych poprzez badanie podstawowe wykonywane przez lekarzy medycyny pracy; w przypadku stwierdzenia nieprawidłowości należy przeprowadzić konsultację specjalistyczną.

Instrukcja otrzymano dnia

Podpis