

Pranešimas žiniasklaidai

2018-05-31

Darbas karštyje pavojų kelia ne tik dirbantiems lauke

Valstybinė darbo inspekcija (VDI) atkreipia dėmesį, kad vyraujant karšties orams didėja ir nelaimingų atsitikimų darbe rizika. Karščio pavojai dažniausiai siejami su darbu lauke, tačiau nemažiau jis pavojingas ir dirbantiems uždaroje patalpose. O skundų, prasidėjus karštajam metų laikui, dėl netinkamų darbo sąlygų VDI dažniausiai sulaukia iš prekybos centrų darbuotojų.

Dirbant karštoje, nekondicionuojamoje aplinkoje kyla raumenų mėšlungio, perkaitimo arba šilumos smūgio pavojus. Karščiui jautresni yra 65 metų amžiaus ir vyresni darbuotojai, taip pat darbuotojai, turintys antsvorį, padidėjusį kraujospūdį, sergantys širdies ir kraujagyslių ligomis, vartojantys vaistus.

Siekiant išvengti karščio sukiamų pavojų darbuotojų sveikatai, uždaros patalpos turėtų būti tinkamai kondicionuojamos, vėdinamos. Patalpų mikroklimatą sukuria jų oro temperatūra, santykinė oro drėgmė ir oro judėjimo greitis. Visus šiuos parametrus galima reguliuoti oro kondicionieriais. Oro kondicionieriai turėtų būti įrengti atokiau nuo patalpoje dirbančių žmonių ir sureguliuoti taip, kad oro srovė nebūtų pučiama tiesiai į juos. Temperatūros skirtumas sėdint po vėsaus oro srovės ir išėjus karštą vasaros dieną į lauką būna labai didelis, o staigūs temperatūrų skirtumai neigiamai veikia organizmą. Todėl rekomenduojamas temperatūros skirtumas turėtų būti ne didesnis kaip 6–8° C. Jeigu iš kondicionieriaus oro srovė pučia tiesiai į žmogų, oda ir gleivinės išsausėja ir praranda drėgmę: odą niežti, parausta akys. Netinkamai išvalyti kondicionieriaus filtrai yra gera terpė įvairiems mikroorganizmams ir grybeliams, kurie sukelia ligas, alergines reakcijas.

Dirbantiems lauke

Dirbantys po tiesioginiais saulės spinduliais gali patirti saulės smūgį, ultravioletiniai spinduliai gali pažeisti odą ir akis, dirbant karštyje, dėl organizmo patiriamo šiluminio streso, padidėja traumų tikimybė. Jei saulėje darbuotojas būna ilgesnį laiką neapdengta galva, jam gali pradėti skaudėti galvą, atsiranda spengimas ausyse, pykinimas, žmogus vemia, pasidaro apatiškas, suglemba ir vėliau gali netekti sąmonės. Negaivinamas žmogus gali mirti nuo smegenų paburkimo.

Patarimai darbdaviams:

- Stebėkite sinoptikų prognozes ir, jei įmanoma, karštomis vasaros dienomis venkite organizuoti fiziškai sunkius darbus.
- Organizuokite darbą taip, kad darbuotojams kuo mažiau tektų dirbti karštyje ir saulės atokaitoje.
- Stebėkite, kad darbuotojai, dirbdami karštyje, būtų apsirengę lengvais, laisvais, šviesiais, natūralaus pluošto rūbais, gerai atspindinčiais saulės šilumą ir šviesą.
- Stebėkite, kad saulėje dirbantys darbuotojai būtina dėvėtų galvos apdangalą ir, jei reikia, akinius nuo saulės.
- Pasistenkite, kad darbuotojai, dirbantys karštyje, visada būtų aprūpinti vėsiu geriamuoju vandeniu ir jo išgertų 2-4 stiklines per valandą.
- Įrenkite atsivėsimo vietas.
- Pasistenkite kuo dažniau, maždaug kas 1 val., darbuotojams suteikti papildomas pertraukėles, kurių metu būtų galima pailsėti ir atsivėsinti.
- Prieš pradėdami darbus karštyje, informuokite darbuotojus apie žalingą šilumos ir saulės poveikį bei pirmosios pagalbos priemones.

Patarimai darbuotojams:

- Kiek įmanoma venkite didelio karščio bei tiesioginių saulės spindulių poveikio.
- Apsirenkite lengvais, laisvais ir šviesiais rūbais, kurie yra natūralaus pluošto ir lengvai praleidžia orą.
- Dirbdami saulėje dėvėkite galvos apdangalą ir akinius nuo saulės, atviras kūno vietas pasitepkite kremu nuo saulės.

- Dirbdami fizinį krūvį didinkite iš lėto.
- Nesiimkite sunkių darbų esant didžiausiam karščiui.
- Dirbdami karštyje darykite pertraukėles, kuriu metu galėtumėte atsivėsinti.
- Dažnai, po stiklinę kas 15-20 minučių, gerkite vandenį.
- Nevartokite alkoholio ir kofeino turinčių gėrimų.
- Dirbdami stebėkite savo ir kitų kolegų savijautą.