



RAD NA OTVORENOM U UVJETIMA NISKIH TEMPERATURA

NAJUGROŽENIJA ZANIMANJA

- Građevinski radnici
- Ribari
- Radnici u šumarstvu
- Radnici na hitnim intervencijama - na cestama, dalekovodima, plinovodima i sl.

RIZIČNI ČIMBENICI PRI RADU

- Niska temperatura i brzina vjetra
- Duljina izloženosti hladnoći
- Vrsta i intenzitet radnih aktivnosti
- Neprikladna radna odjeća

WIND CHILL INDEKS

- Temperatura koju ljudi "osjećaju" na otvorenom
- Pri temperaturi $\leq 10^{\circ}\text{C}$ i
- Pri brzini vjetra $\geq 4,2$ km/h



ZDRAVSTVENE TEGOBE

- **Ozeblina**- otok, bol, lokalni svrbež
- **Rovovsko (imerzijsko) stopalo** - pri izloženosti vlazi i hladnoći - otok, bol, pojava mjehura i odumiranje tkiva
- **Smrzotine**- utrnulost, gubitak osjeta, pojava mjehura i odumiranje tkiva
- **Pothlađenost (hipotermija)** - nekontrolirano drhtanje, umor, pomućenje svijesti, ukočenje udova

PRVA POMOĆ

- Skinuti vlažnu odjeću i obuću
- Izložene dijelove tijela postupno utopljavati izlažući ih sobnoj temperaturi
- Kod pothlađenosti tijelo se ne smije ravnomjerno zagrijavati, prvo zagrijavati trup, a zatim udove
- Osobi pri svijesti ponuditi toplo bezalkoholno piće
- Osobu bez svijesti staviti u bočni položaj, provjeriti vitalne znakove, ukoliko osoba ne diše pozvati hitnu pomoć i započeti sa oživljavanjem.

OSOBNJA ZAŠTITNA SREDSTVA ZA ZAŠTITU OD HLADNOĆE

- Višeslojna odjeća
- Pokrivala za glavu uz obveznu podkapu
- Vodonepropusna obuća
- Dvostruke, nepamučne čarape
- Podstavljene zaštitne (kožne) rukavice



PREPORUKE

- **Organizacija rada** - osigurati grijana skloništa kao što su šatori i prostorije za zagrijavanje - formirati grupe od najmanje dva radnika - planirati obavljanje najvećeg dijela posla za vrijeme najtoplijeg dijela dana
- **Praćenje uvjeta rada** - praćenje vremenske prognoze putem medija i/ili mjerenje temperature i brzine vjetra na radnom mjestu
- **Prikladna radna odjeća** - nositi slojevit, nezategnutu i toplu odjeću, odgovarajuću obuću, rukavice i pokrivalo za glavu
- **Prevenција zdravstvenih tegoba** - uputiti radnike na zdravstvene preglede (prethodni i periodički zdravstveni pregledi), osigurati tople napitke, zabranjena konzumacija alkohola, pravilna prehrana

Hrvatski zavod za zaštitu zdravlja i sigurnost na radu

Radoslava Cimermana 64a, Zagreb, Hrvatska,

www.hzzzrs.hr, hzzzsr@hzzzsr.hr