

Робота в спеку: охорона праці при дії високих температурах

Спека у літній період негативно впливає на стан здоров'я людини при виконанні трудових та посадових обов'язків. Перегрівання на робочому місці (головний біль, нудота, втома, млявість, сонливість тощо) збільшує ризик настання нещасного випадку. Саме тому, керівникам робіт в умовах підвищення температури повітря необхідно більш ретельно планувати виробничі завдання для кожного працівника, обов'язково забезпечити належний контроль за дотриманням вимог законодавства щодо створення безпечних умов праці під час виконання робіт при дії високих температур зовнішнього середовища, а саме:

- перевірити забезпечення (забезпечити) працівників спеціальним одягом відповідних розмірів (у т. ч. головними уборами — бажано з натуральних тканин), здійснювати контроль за їх використанням;
- обмежити допуск до роботи в умовах підвищеної температури осіб молодше 25 і старше 40 років;
- не допускати до роботи працівників у хворобливому або втомленому стані;
- доукомплектувати медичні аптечки та забезпечити ними робочі місця;
- провести позапланові інструктажі з працівниками щодо дотримання вимог безпечного ведення робіт та надання долікарської допомоги у разі сонячного та теплового удару;
- за можливості не проводити роботи на відкритому повітрі при температурі повітря вище 37 °С;
- скласти розклад роботи так, щоб працівники регулярно відпочивали в охолоджуваних приміщеннях або у тіні. При виконанні важких робіт збільшувати перерви, регулювати графік роботи, зміщуючи час роботи у більш прохолодний період доби, додати кількість технологічних перерв;
- зменшити фізичне навантаження працівників, по можливості механізувати виробничий процес або залучати додаткових робітників;
- забезпечити працівників на робочих місцях охолодженою питною водою, вітамінізованими напоями (разом з потом з організму людини виводяться солі та мікроелементи, тому слід дотримуватися питного режиму — пити часто і невеликими порціями);
- проводити медичні огляди на початку робочої зміни працівників, які виконують роботи, що віднесені до робіт з підвищеною небезпекою;
- проводити постійний моніторинг погодних умов і при їх погіршенні негайно вживати відповідних заходів для поліпшення умов праці працюючих на відкритому повітрі.

Згідно підпункту 8 пункту 3 розділу 4 «Правил охорони праці у сільськогосподарському виробництві» затвердженому наказом Міністерства соціальної політики України від 29.08.2018 р. № 1240 відпочинок працівників у полі дозволено тільки в спеціально відведених місцях, які обладнуються добре помітними віхами вдень і освітленими ліхтарями в темний період доби. Не дозволено відпочивати під машинами, в кабіні машини під час роботи двигуна, серед поля, у копицях тощо.

Місця відпочинку рекомендовано облаштувати ємкостями з питною водою та спеціальними навісами для захисту від сонця.

При отриманні теплового або сонячного удару слід вчасно і правильно надати домедичну допомогу.

Тепловий удар — це перегрів організму, пов'язаний з високою температурою, підвищеною вологістю повітря, дуже теплим одягом.

Ознаки: шкіра обличчя червоніє, слизові оболонки стають сухими, настає різка слабкість, погіршується дихання, слабшає пульс.

Сонячний удар — прямий вплив на тіло людини сонячного проміння.

Ознаки: загальна слабкість, головний біль, нудота, блювота, іноді втрата свідомості.

Домедична допомога: розстебнути одяг, покласти в тіні з трохи піднятими ногами, на голову і ділянку серця покласти холодний компрес, дати склянку холодного напою, краще чаю. При порушенні дихання — штучне дихання.

Виконання цих заходів допоможе працівникам організацій найбільш комфортно перенести високі температури під час літньої спеки.

Джерело: [Фонд соціального страхування України](#)