

Práca v horúčave

Ktoré nebezpečenstvá/účinky hrozia pri činnostiach vo veľkom teple a/alebo pri intenzívnom slnečnom žiarení?

- zvýšené riziko úrazu, zvýšený počet chýb
- úpal (sčervenanie kože, rýchle dýchanie, zrýchlený tlkot srdca, dezorientácia, kóma → Pozor: riziko ohrozenia života)
- kolaps z tepla (zníženie krvného tlaku, pocit slabosti, závrat, nevoľnosť a bezvedomie)
- tepelný stres (nevoľnosť, závrat, časté bolesti hlavy)
- úpal, riziko vzniku rakoviny kože
- zníženie pracovného výkonu a kvality práce (30-70 % pri letných horúčavách)

Existuje „bez horúčavy“?

- Zákonom nie sú stanovené hranice teploty
→ bez nároku na „bez horúčavy“ pri určitých teplotách.

ALE: Zamestnávateľ je zo zákona povinný vykonať opatrenia, aby sa udržiavalo čo možno najnižšie zaťaženie teplom (preventívna povinnosť).

Pritom majú kolektívne opatrenia (napr. plachta proti slnku) prednosť pred individuálnymi opatreniami (napr. krém na opaľovanie).

Ktoré opatrenia prichádzajú do úvahy?

- Príprava nealkoholických nápojov
- Zatienie pracoviska napr. slnečnými/plachtami proti slnku
- Ochranný odev, napr. slnečné klobúky, ochrana krku, chladiace vesty, odev odolný proti UV žiareniu, okuliare
- Ochranné prostriedky proti slnku
- unimo bunky/priestory na pobyt s klimatizáciou
- chladiaci box/chladiaca skriňa na nápoje a jedlá
- organizačné opatrenia (vopred preložiť začiatok práce, zabrániť obedňajšej horúčave)
- Zaškolenie zamestnancov do prvej pomoci, špeciálne pri kolapse z tepla, tepelnom strese, úpale
- Interiér: Uvoľnenie predpisov o oblečení (ľahká obuv, letné oblečenie), príprava ventilátorov (zabránenie prievanu), vetranie ráno a večer (nočné ochladenie), clonenie pomocou vonkajších žalúzií

Čo platí pre činnosti v interiéri?

- Zamestnávateľ sa musí postarať o to, aby sa pokiaľ možno dodržiavali nasledujúce teploty vzduchu:
 - a. Nízke fyzické zaťaženie (sedenie, kancelárska práca): min. 19 °C a max. 25°C
 - b. Bežné fyzické zaťaženie (stoj): min. 18 °C a max. 24 °C
 - c. Vysoké fyzické zaťaženie (remeselné činnosti): min. 12 °C
- Výnimky sú možné, pokiaľ spôsob využitia priestoru nepovoľuje vyššie uvedené hodnoty (napr. skleník, chladiareň)
- Základné právo na klimatizáciu neexistuje.

Čo robiť pri núdzových stavoch spôsobených horúčavou – opatrenia prvej pomoci?

- Spustiť do chodu záchranný reťazec = Prvá pomoc (vrát. vysielania núdzových signálov) – Záchranná služba – Nemocnica (v prípade pochybností VŽDY informovať záchrannú službu!)
- Nenechávať pracovníkov/pracovníčky bez dohľadu
- Ploché uloženie v chladnom priestore, nohy do zvýšenej polohy ➤ Dodávanie tekutín
- priložiť na zátylok a pokožku vo vode namočené, chladné uteráky

Preložený jazyk: Horúčava (preklad
do príslušného jazyka)