Рекомендации при работе на открытом воздухе

В зимний период особое внимание приобретают мероприятия, направленные на предупреждение вредного и опасного воздействия охлаждения на здоровье персонала, работающего на открытой территории. Охлаждение человека как общее, так и локальное, способствует изменению его двигательной активности, нарушает координацию и способность выполнять точные операции, вызывает тормозные процессы в коре головного мозга, способствует развитию патологии.

Прямого запрета на работу на улице при низкой температуре наружного воздуха санитарное законодательство не содержит. В тоже время работодателю необходимо принять меры к защите работников от охлаждения.

При проведении работ на открытом воздухе в условиях пониженной температуры в производственных помещениях необходимо учитывать следующие требования:

* допуск к работе лиц, прошедших медосмотр и не имеющих противопоказаний;
* информирование лиц, приступающих к работе на холоде о его влиянии на организм и мерах предупреждения охлаждения;
* наличие средств индивидуальной защиты и спецодежды;
* регламентированные перерывы 15-20 минут в охлаждаемом помещении либо помещении с нормальной температурой (на уровне 24-25 °С);
* сокращение рабочего дня;
* наличие помещения для отдыха и обогрева, наличие устройств для обогрева кистей и стоп с температурой не выше 40°C;
* в целях ускоренной нормализации теплового состояния организма и меньшей скорости охлаждения в последующий период пребывания на холоде в помещении для обогрева следует снимать верхнюю утепленную одежду;
* при температуре воздуха ниже - 30°C не рекомендуется планировать выполнение физической работы категории выше IIa, связанной с постоянной ходьбой, перемещением мелких (до 1 кг) изделий или предметов в положении стоя или сидя и требующей определенного физического напряжения; при температуре воздуха ниже -40°C следует предусматривать защиту лица и верхних дыхательных путей.
* Работники должны быть проинформированы о потенциальной опасности воздействия холода на организм человека, а также соответствующем поведении в различных ситуациях с целью идентификации первых признаков поражения холодом и обучения приемам оказания первой помощи.

**Требования охраны труда в аварийных ситуациях:**

Признаки переохлаждения: озноб и дрожь; нарушение сознания: заторможенность и апатия, бред и галлюцинации, неадекватное поведение; посинение и побледнение губ; снижение температуры тела. Признаки обморожения нижних конечностей: потеря чувствительности; кожа бледная, твердая и холодная на ощупь; нет пульса у лодыжек.

**Порядок действий при переохлаждении**: при появлении озноба и мышечной дрожи необходимо дополнительно укрыть пострадавшего мягким одеялом, предложить теплый чай с сахаром; в теплом помещении немедленно снять одежду и поместить в ванну с температурой воды +35...+40 °С; после согревающей ванны обязательно укрыть теплым одеялом или надеть теплую сухую одежду; продолжать поить пострадавшего теплым чаем с сахаром до прибытия врачей; как можно скорее доставить пострадавшего в теплое помещение; снять с обмороженных конечностей одежду и обувь; немедленно укрыть поврежденные участки от внешнего тепла теплоизолирующей повязкой с большим количеством ваты или одеялами и теплой одеждой; дать теплый чай; дать 1-2 таблетки анальгина; вызвать «Скорую помощь».

**Недопустимо**: растирать обмороженную кожу; помещать обмороженные конечности в теплую воду или обкладывать грелками; смазывать кожу маслами или вазелином.

Врач по общей гигиене С.С. Завгородний

ФФБУЗ «Центр

гигиены и эпидемиологии

в Республике Адыгея»

в городе Адыгейске,

Теучежском и

Тахтамукайском районах