

ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΗΣ ΘΕΡΜΙΚΗΣ ΚΑΤΑΠΟΝΗΣΗΣ ΤΩΝ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ ΚΑΤΑ ΤΗ ΘΕΡΙΝΗ ΠΕΡΙΟΔΟ

Γιώργος Γεωργιάδης
08 Ιουνίου 2022, Λευκωσία

Εισαγωγή

■ Προετοιμασία:

- οργανωτικά & προληπτικά μέτρα
- μετρήσεις δεικτών

■ Συμπτώματα θερμικής εξάντλησης/ θερμοπληξίας & αντιμετώπιση:

- συμπτώματα
- πρώτες βοήθειες

■ Παραδείγματα:

- εγκατεστημένο όργανο μέτρησης
- πραγματικές μετρήσεις

■ Εισηγήσεις :

- ενημέρωση προσωπικού
- έγκαιρη προετοιμασία

Προετοιμασία

■ Οργανωτικά και προληπτικά μέτρα για προσωπικό εκτεθειμένο σε καιρικές συνθήκες:

- Εκτίμηση κινδύνου και λήψη ανάλογων μέτρων
- Προγραμματισμός εργασιών (πιθανή ανάγκη για τροποποίηση προγράμματος, αλλαγή ωραρίου, εναλλαγή καθηκόντων, περισσότερα διαλείμματα κ.λ.π.)
- Ετοιμασία κατάλληλου σκιερού μέρους για διαλείμματα
- Παροχή δροσερού νερού

■ Μετρήσεις δεικτών (θερμοκρασίας & σχετικής υγρασίας)

- Επιλογή & προμήθεια οργάνου μέτρησης: - απλό (μετρήσεις της στιγμής)
- σύνθετο (καταγραφή μετρήσεων)
- Τοποθέτηση οργάνου σε κατάλληλο χώρο (υπό σκιά, μακριά από πηγή θερμότητας ή κλιματισμού)
- Έγκαιρη παρατήρηση, καταγραφή μετρήσεων, ενημέρωση υπευθύνων για λήψη μέτρων (όταν χρειάζεται)

Συμπτώματα θερμικής εξάντλησης/ θερμοπληξίας & αντιμετώπιση

■ Συμπτώματα:

- δυνατός πονοκέφαλος, ζάλη, λιποθυμική τάση
- ταχυπαλμία, αδύνατος σφυγμός
- δυσκολία αναπνοής, γρήγορη αναπνοή
- υγρό δέρμα (θερμική εξάντληση) – ξηρό δέρμα (θερμοπληξία)
- κράμπες, υψηλός πυρετός κ.λ.π.

■ Πρώτες βοήθειες:

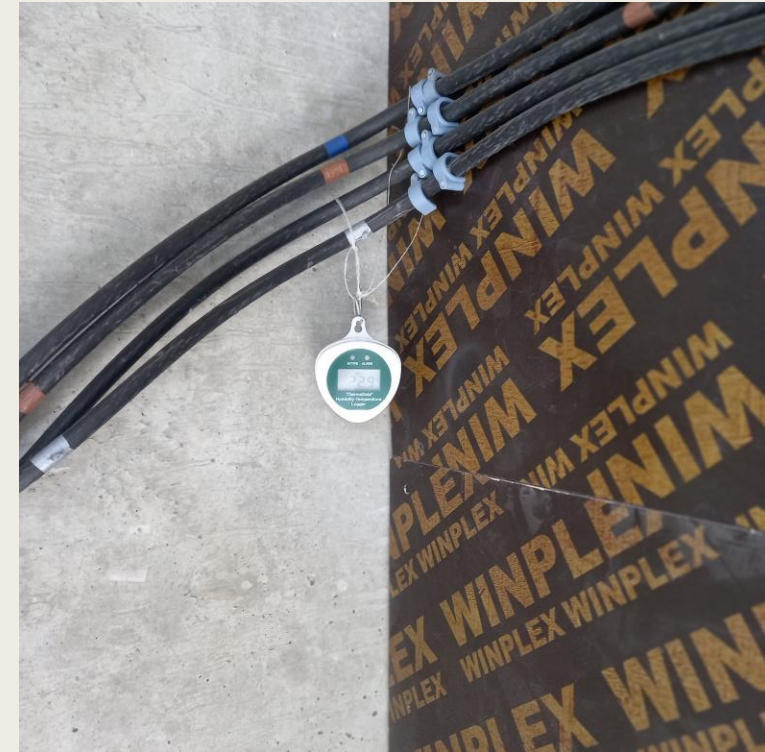
- μεταφορά σε σκιερό, δροσερό & ευάερο μέρος (κλιματιζόμενο, αν υπάρχει)
- τοποθέτηση σε θέση ύπτια (ανάσκελα)
- χαλάρωση ή αφαίρεση ρούχων
- κρύα επιθέματα, ιδιαίτερα στο πρόσωπο
- αν ο ασθενής επικοινωνεί καλά με το περιβάλλον, χορήγηση υγρών με ηλεκτρολύτες

Παραδείγματα

- Εγκατεστημένο όργανο μέτρησης



Παραδείγματα (συνέχεια)



- Πραγματικές μετρήσεις



KANIKΑ DEVELOPMENTS & CONSTRUCTION LTD

ΕΡΓΟΤΑΞΙΟ KANIKΑ NEW HOTEL ΡΑΦΙΟΣ

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ	ΩΡΑ	ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ (°C)	ΥΓΡΑΣΙΑ (%)	ΣΚΟΝΗ (PM10)	Αλλαγή Εργασίας / Ανάπαυση ανά ώρα (%)			Ενέργειες που λήφθηκαν για τη συγκεκριμένη μέτρηση / σχόλια/ Παρατηρήσεις
					Ελαφριά Εργασία	Μέτρια Εργασία	Βαριά Εργασία	
25/07/2017	09:00	29.9	81	49.0				
	11:00	30.6	73	48.4				
	12:00	30.9	72	44.9				
	13:00	31.1	72	44.2				Οι σιδεράδες σχόλασαν στις 13:00.
	14:00	31.3	72	41.4				Οι καλουπτζήδες σχόλασαν στις 13:45 και οι μεταλλικοί στις 13:55.
	15:00	31.7	70	40.9				
	16:00	31.6	68	39.1				
26/07/2017	09:00	29.7	70	52.9				
	11:00	30.3	70	44.3				
	12:00	30.4	72	36.3				
	13:00	30.6	72	35.1				Οι μεταλλικοί σχόλασαν στις 13:05.
	14:00	30.8	70	35.1				Οι καλουπτζήδες σχόλασαν στις 13:45.
	15:00	30.8	69	0.9				Οι σιδεράδες σχόλασαν στις 14:45.
	16:00	30.9	68	27.6				
27/07/2017	09:00	29.8	79	80.8				
	11:00	30.1	76	70.1				
	12:00	30.2	76	68.2				
	13:00	30.3	75	62.4				
	14:00	30.3	73	57.5				Οι μεταλλικοί σχόλασαν στις 13:45.
	15:00	30.7	74	60.1				Οι σιδεράδες σχόλασαν στις 15:00.
	16:00	30.6	69	59.7				Οι καλουπτζήδες σχόλασαν στις 15:45.
28/07/2017	09:00	28.9	64	39.3				
	11:00	29.2	62					
	12:00	29.3	63					
	13:00	29.3	63	35.0				
	14:00	29.4	63	30.9				Οι μεταλλικοί σχόλασαν στις 14:00, οι σιδεράδες στις 14:30 και οι καλουπτζήδες στις 15:15.
	15:00	29.4	66	30.0				
	16:00	29.7	65	33.3				



AMIC CONTRACTORS

ΕΡΓΟΤΑΞΙΟ LIMASSOL DEL MAR

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ	ΩΡΑ	ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ (°C)	ΣΧΕΤΙΚΗ ΥΓΡΑΣΙΑ (%)	ΣΚΟΝΗ (PM10)	Αλλαγή Εργασίας / Ανάπαυση ανά ώρα (%)			Ενέργειες που λήφθηκαν για τη συγκεκριμένη μέτρηση / Σχόλια/ Παρατηρήσεις
					Ελαφριά Εργασία	Μέτρια Εργασία	Βαριά Εργασία	
16/05/2020	09:00	32.9	32	54.5				
	10:00	32.4	37	43.8				
	11:00	32.7	37	39.9				
	12:00	31.3	37	44.6				
	13:00	29.6	43	55.5				
	14:00	29.5	51	64.3				
	15:00	31.3	53	58.3				
17/05/2020	09:00	36.9	22	103.2			v	15' Break + mask use
	10:00	38.3	18	97.2			v	15' Break + mask use
	11:00	38.6	17	90.7			v	15' Break + mask use
	12:00	37.8	27	86.5		v	v	15'/ 30' Break (lunch) + mask use
	13:00	33.1	36	78.2				mask use
	14:00	31.4	40	111.1				mask use
	15:00	30.9	44	89.9				mask use
18/05/2020	09:00	38.7	16	62.6			v	15' Break + mask use
	10:00	39.3	16	78.4			v	15' Break + mask use
	11:00	35.6	37	110.9		v	v	15'/ 30' Break + mask use
	12:00	35.7	31	96.7			v	15' Break + mask use
	13:00	32.9	34	89.6				mask use
	14:00	33.0	35	87.6				mask use
	15:00	33.1	34	70.8				mask use
19/05/2020	09:00	35.1	35	121.2			v	15' Break + mask use
	10:00	32.3	44	109.5				mask use
	11:00	32.7	44	114.4			v	15' Break + mask use
	12:00	32.0	42	97.8				mask use
	13:00	33.3	34	91.4				mask use
	14:00	33.5	35	91.5				mask use
	15:00	33.9	30	92.5				mask use

Εισηγήσεις

- **Ενημέρωση προσωπικού:**

- Προδιάθεση (καρδιοπάθεια, νεφροπάθεια, αλκοολισμός, υπέρβαρα άτομα κ.λ.π.)
- Προληπτικά μέτρα (συχνή κατανάλωση υγρών, ελαφριά γεύματα, αποφυγή αλκοόλ κ.λ.π.)

- **Έγκαιρη προετοιμασία:**

- Ετοιμασία κατάλληλου μέρους για διαλείμματα
- Παροχή δροσερού νερού
- Εκπαίδευση πρώτων βοηθειών
- Αγορά & εγκατάσταση οργάνων μέτρησης – βαθμονόμηση (calibration)

Ευχαριστώ πολύ!

georgios.georgiades@dynatronfze.com