

工作中的 热病

了解事实 要求保护

有关热病以及如何降低工作风险的信息。
滑动推进



热病波及户外和室内工人



2/9

了解事实： 工人高温问题

- 高温每天都在夺走工人生命，使工人生病。
- 与高温有关的疾病是可以预防的。
- 雇主将工人暴露在与高温有关的危害中是非法的。
- 在许多不同的室内和户外作业中均存在高温危害。

@nationalcosh >>>

热病波及户外和室内工人

有害的高温暴露可能发生在室内或户外, 如果条件合适, 可以在任何季节发生, 而不仅仅是在热浪期间。

热病的职业风险因素包括重体力劳动、温暖或炎热的环境条件、缺乏适应环境以及穿着保持体温的衣服

2/9

热应激的高风险行业

户外职业

- 农业,
- 建筑(特别是道路维修和屋顶作业),
- 包裹递送,
- 石油和天然气钻探

室内职业

- 面包店、厨房、洗衣店,
- 电力公用事业(特别是锅炉房),
- 钢铁厂和铸造厂,
- 使用如熔炉等局部热源的制造业,
- 仓储



@nationalcosh



了解热病的预警体征



3/9

热病的症状

- 昏厥、头晕
- 头痛
- 恶心、呕吐
- 肌肉痉挛
- 快速心跳
- 虚弱、痉挛
- 干燥、发红、发热的皮肤或出汗的皮肤

高温可以夺命
如有疑问, 请致电 911

@nationalcosh >>>

识别高温危害



4/9

- 户外作业。
- 繁重的体力任务。
- 繁复的防护服和设备。
- 在密闭区域工作。
- 室内高温作业 - 例如在厨房、锅炉房、洗衣设施或仓库工作。

@nationalcosh >>>

热病急救



4/9

- 将工人带到较凉爽的位置(阴凉处或空调房间)。
- 使其立即冷却：
 - 如果可用, 将其浸入加冰冷水中。
 - 脱下外衣, 尤其是重物/防护用品。
 - 在其头部、脖子、躯干、腋窝和腹股沟上使用冰袋或冷湿毛巾。
 - 使用风扇来循环其周围的空气。
- 切勿让工人独处, 他们的病情可能会迅速恶化。
- 如有疑问, 请致电 911。

@nationalcosh



保护自己和同事免受热应激



5/9

- ✓ 保持水分 - 喝足量的水(不是苏打水、能量饮料或酒)。
- ✓ 远离热源休息(阴凉处或空调房间最佳)。
- ✓ 戴上帽子, 穿好可抵御炎热的服装。
- ✓ 同事应相互检查是否有热应激的迹象。
- ✓ 允许新员工或返工者轻松上岗(每天增加20%的时间)培养容忍度。
- ✓ 了解其他因素(如活动水平、衣服/防护装备、湿度)如何影响耐热度。

@nationalcosh >>>



工人可以采取的行动



1. 了解热病以及如何预防热病。
2. 就您的工作场所风险进行集思广益。
3. 记录已发生的情况。
4. 成立健康与安全委员会。
5. 尽可能收集所有同事的联系信息。
6. 选择如何相互沟通。
7. 计划如何将您的问题提交给管理层并制定策略。
8. 共同确定优先级。
9. 作为团体, 要求雇主执行您的优先事项。

了解更多

www.nationalcosh.org/heat





工作场所需求示范



7/9

您的雇主应有一份书面计划, 以保护工人免受热病的侵害。该计划应:

- 根据工人的意见进行制定。
- 包括为工人提供饮水、休息和定期降温机会的规定。
- 包括工程和行政管控措施以缓解高温(例如休息的阴凉区域和/或新工人或长时间休假后返岗的预防措施)。
- 您的雇主应有办法评估总热应激(温度+活动+您所在行业特有的其他因素)。
- 确保所有工人、主管和管理层都接受过有关计划及其内容的培训。

了解更多

www.nationalcosh.org/heat



要求国会和 OSHA 提供保护



Asuncion Valdivia 热病和死亡预防法案:

要求职业安全与健康管理局 (OSHA) 制定可执行的标准, 以保护高温环境中的工人。

措施将包括在凉爽的空间内带薪休息, 获得水, 限制暴露于高温下的时间, 以及对患有与高温有关疾病的工人的应急响应。

指导雇主为员工提供可能导致热病的危险因素的培训, 并指导应对症状的适当程序。

了解更多

www.nationalcosh.org/heat





9/9

工人必须始终参与制定热应激预防和应对计划

人多力量大!采取集体行动:应与同事共同向雇主提出保护要求,而不是独自提出。

欲了解更多信息,请访问
nationalcosh.org/heat