

O'ta issiqlik tufayli yuzaga keladigan issiqlik bilan bog'liq kasalliklarning oldini olish choralari



harorat 31°C va undan yuqori bo'lgan ish joylarida ishlaganda ish beruvchilar issiqlik bilan bog'liq kasalliklarga qarshi profilaktika choralarini ko'rishlari shart.

* Batafsil ma'lumotlarni "Inqirozdan qochish xavfsizligi va salomatlik ilovasida" ko'rish mumkin.

Issiqlik bilan bog'liq kasalliklarning oldini olish choralari

- Sezish mumkin bo'lgan haroratni o'lchash uchun termometr va gigrometrdan foydalaning va ko'rilgan choralarni yozib oling
- Ishchilarni issiqlik bilan bog'liq kasalliklar simptomlaridan va favqulodda choralardan xabardor qiling
- Beshta asosiy qoidaga amal qilinadi**



Inqirozdan qochish uchun xavfsizlik va salomatlik ilovasi — Maqbul harorat kalkulyatori

Beshta asosiy qoidaga amal qilinadi

Suv



- Sovuq va issiq **suv** yetarlicha ta'minlanishi zarur

Shamol va Soya



- Xona ichidagi/ochiq havodagi ishlarni bajarishda (**Ko'chma konditsioner va sanoat ventilyatorlari kabilar** sovutish/ventilyatsiya moslamalari hamda **soya beruvchi soyabonlar** o'rnatilishi kerak
- Issiqlik eng yuqori darajada bo'ladigan soatlarda **ish vaqtlari moslashtirilishi kerak**

Dam olish



- Ish joylariga yaqin bo'lgan joylarga **Rdam olish moslamalari (dam olish huquqlari)** o'rnatilishi kerak
- 31°C yoki undan yuqori haroratli haddan tashqari issiqlikda ishlaganda tegishli tanaffuslar qiling
- Harorat 33°C yoki undan yuqori bo'lganda ishlaganda Har 2 soatda kamida 20 daqiqa tanaffus qiling**

Sovutish jihozlari



- Sovutuvchi kiyimlar va jiletlar kabi **shaxsiy sovutuvchi jihozlar** taqdim etilishi kerak

Favqulodda choralar



- Issiqlik bilan bog'liq kasalliklardan aziyat chekayotgan yoki shunday kasallikka shubha qilingan odam hushidan ketsa, darhol 119 raqamiga qo'ng'iroq qiling**
- Odam hushiga kelganida, shoshilinch choralar ko'ring va alomatlar yaxshilanmasa, 119 raqamiga qo'ng'iroq qiling**
- * Issiqlik bilan bog'liq kasalliklarning oldini olish uchun KDCA sog'liqni saqlash bo'yicha yo'riqnomlarini tushunish

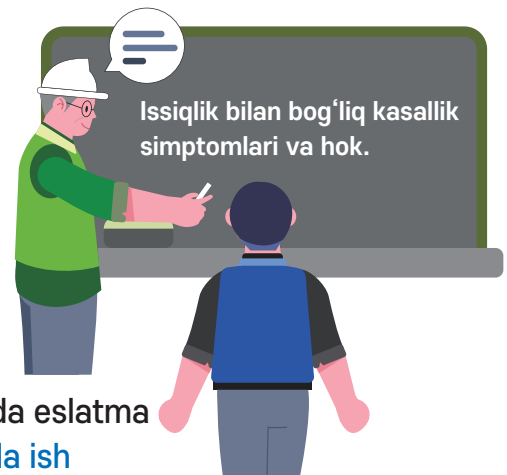
Ishni to'xtatib turish

- Xodimlar o'ta yuqori harorat tufayli **issiqlik bilan bog'liq kasalliklar yuz berishi shoshilinch xavfi mavjud bo'lganida ishni to'xtatib turishlari va 5 ta asosiy qoidani tekshirishlari va yaxshilashlari kerak**

Issiqlik bilan bog'liq kasallikka ta'sirchan guruhni boshqarish

▶ Issiqlik bilan bog'liq kasallikka ta'sirchan guruhlar

- ✓ Yaqinda o'ta issiqlikda ishlash uchun tayinlangan ishchilar
- ✓ Ilgari issiqlik bilan bog'liq kasallik bilan og'rigan ishchilar
- ✓ Keksa ishchilar yoki gipertenziya, diabet kabilar bilan og'riganlar ishchilar



▶ Issiqlik bilan bog'liq kasallikka ta'sirchan guruh uchun boshqaruv usuli

- ✓ Issiqlik bilan bog'liq kasallik simptomlari va o'ta issiqlikda ishlashdan oldin favqulodda choralar haqida eslatma
- ✓ Yangi tayinlangan ishchilar uchun o'ta issiq vaqtlarda ish soatlarini asta-sekin oshirib borish
- ✓ Ishchilarning salomatlik holatlarini muntazam ravishda tekshirib turing
- ✓ O'ta issiq davrlarda ish soatlari qisqartiriladi va qo'shimcha dam olish tayinlanadi

Issiqlik bilan bog'liq kasalliklar bo'yicha favqulodda choralar (Koreya Kasalliklarni nazorat qilish va oldini olish agentligi)

▶ Issiqlik bilan bog'liq kasallik simptomlari

- ✓ Oddiy tana haroratidan yuqori, ortiqcha terlash, bosh aylanishi, ko'ngil aynishi, mushaklar spazmlari, onging pasayishi

▶ Issiqlik bilan bog'liq kasalliklarga qarshi choralar

- ✓ Salqin joyga o'ting.
- ✓ Qo'l ventilyatori yoki elektr ventilyator kabilar bilan sovutish uchun kiyimingizni bo'shating va tanangizni salqin suv bilan namlang.
- ✓ Ko'p miqdorda sovuq suv ichish orqali tanangizdagi namlikni saqlang.
※ Ishchi xushsiz bo'lganida unga suv bermang.
- ✓ Dam oling yoki tibbiy yordam oling.

