

夏季热浪引起的高温疾病预防指南



◎ 请各工作场所在**热浪来临前**进行**预防高温疾病的事前检查**，并**自主制定预防措施**，按阶段执行。

* 热浪一般是指在夏季，特定地区持续出现30℃以上温度的严重炎热现象，政府每年在夏季热浪对策期间（5.20～9.30）运行，预防由热浪引发的损害。

☑ 为了预防高温疾病，必须遵守**三大基本原则**。

建筑现场等户外工作场所

阴凉

- ✓ 在劳动者工作的地方附近设立阴凉的地方（休息区）
- ✓ 在可以透过凉爽的风的地方安装阴凉篷



水



✓ 提供凉爽且干净的水 / 工作期间定期喝水

休息



- ✓ 发布热浪警报（预警、警报）时，定时休息10～15分钟。
- ✓ 通过在炎热时段（14点～17点）提供休息时间，尽量减少户外工作。
- ① 调整工作时间段
- ② 调整工作强度、速度等工作量
- ③ 进行室内安全卫生教育
- ④ 检查劳动者健康状况

※ 在炎热的时候，短暂的休息很重要，即使短暂的休息也可以提高工作效率。

室内工作场所

※（适用范围）难以在室内全面安装冷却装置，室内温度受外界温度影响的场所。

- ✓ 在经常工作的地方设定管理温度范围，并采取以下措施，使温度保持在一定水平内。

- ① 在劳动者工作的地方放置温湿度计并查看数值。
- ② 安装局部冷却装置*或采取定期通风措施，防止热空气滞留。
- ③ 即使在夜间工作时也要管理室内温度。

* 空气循环装置、电风扇、冷风机、移动空调等。

风



水



休息



☑ 一旦**发生高温疾病**，必须立即采取措施。

- ◎ 当劳动者因高温疾病等迫在眉睫的危险而要求停止工作时，必须立即采取措施。
- ◎ 夏季若长时间暴露在高温、高湿环境中，出现热射病、热衰竭等高温疾病病症，必须按以下步骤迅速采取措施。
- ◎ 特别是对高温疾病敏感的人群和从事高强度工作的劳动者，必须在工作前后进行健康检查。



※ 本指南是为预防热疾而提供的建议内容，根据公司的情况并听取劳动者的意见后，可以按照同等级以上水平遵用本指南。



Ministry of
Employment and Labor



根据体感温度，应对热浪的每一阶段采取额外的应对要领。

除了基本守则外，还需要根据各阶段的应对要领采取额外措施，以防止在热浪持续、温度上升的酷暑，在室内和室外的 workplaces 发生高温疾病等健康问题。

共同事项

(关心、注意、警告、危险)

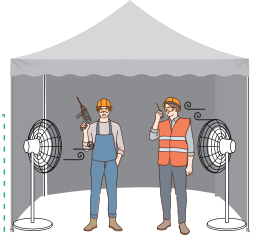
- ✓ 查看天气状况并向工作人员提供热浪信息 (使用韩国气象厅网站和应用程序)。
- ✓ 准备凉爽、干净的水和供劳动者休息的阴凉处 (休息区)。
- ✓ 在室外或室内高温场所工作时，应劳动者要求提供凉感防晒袖等降温用品。
- ✓ 对高温疾病敏感的人群和高强度工作劳动者须注意

什么是高温疾病敏感人群？

▲ 患有肥胖症、糖尿病、高血压或低血压等疾病的人 ▲ 有过高温疾病经历的人 ▲ 老年人 ▲ 被新分配到暴露在热浪中工作的人

什么是高强度工作？指的是体力劳动强度大、容易受到热应激的工作。

▲ (工作示例) 在建筑工地上从事铸模、钢筋、混凝土浇筑、焊接工作需要全身活动的工作，以及用手反复提起放下或处理重物的工作、使用铲、锤、锯等工具的工作等长时间暴露在热浪中的工作。



- ✓ 如果是室内工作场所，应检查工作场所的降温和通风设施是否充足。

注意

体感温度 33℃以上

或高温预警

- ✓ 每小时在阴凉处 (休息区) 休息10分钟。
- 为对高温疾病敏感的人群和工作强度大的劳动者分配额外的休息时间。
- ✓ 减少最热时间段 (14点~17点) 的户外工作或调整工作时间。



警告

体感温度 35℃以上

或高温警报

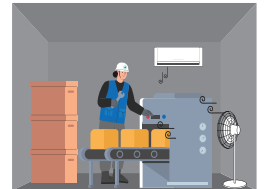
- ✓ 每小时在阴凉处 (休息区) 休息15分钟。
- 为对高温疾病敏感的人群和工作强度大的劳动者分配额外的休息时间。
- ✓ 除非在不可避免的情况下，否则停止最热时间段 (14点~17点) 的户外工作。
- 必须进行户外工作时，为相应劳动者提供充足的休息时间。
- ✓ 指定专人负责检查劳动者健康状况。



危险

体感温度 38℃以上

- ✓ 每小时在阴凉处 (休息区) 休息15分钟。
- 为对高温疾病敏感的人群和工作强度大的劳动者分配额外的休息时间。
- ✓ 在最热时间段 (14点~17点)，停止除灾害和安全管理等所需的紧急措施工作之外的户外工作。
- 执行紧急工作时，为相应劳动者安排足够的时间休息。
- ✓ 限制中暑等高温疾病敏感人群从事户外工作。
- ✓ 指定专人负责检查劳动者健康状况。



怎样才能确认自己的体感温度？

※ 什么是感觉温度？体感温度是人体感受到的热量的一种量化表示，加上湿度和风的影响，反映了夏季湿度低时感受到的温度偏低、湿度高时感受到的温度偏高的感觉。

室外工作场所

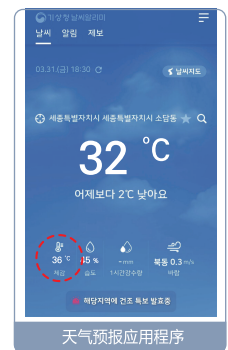
在韩国气象厅网站*或天气预报应用程序上查看热浪级别

* 天气中心 (www.weather.go.kr) > 天气 > 气象特报 > 影响预报 > 产业

* 热浪特报：每日最高体感温度在33℃以上 (预警) 或35℃以上 (警报)，且持续2天以上时发布。

室内工作场所

如果韩国气象厅提供的气温信息与工作场所的室内温度不同，则使用安装在工作场所的温湿度计测量体感温度并根据相应数值采取措施。



气象厅体感温度表							关心	注意 (预警)		警告 (警报)			危险	
湿度	气温	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
40		26.6	27.6	28.5	29.5	30.4	31.4	32.4	33.3	34.3	35.3	36.2	37.2	38.2
45		27.1	28.1	29.0	30.0	31.0	32.0	32.9	33.9	34.9	35.9	36.9	37.8	38.8
50		27.6	28.6	29.5	30.5	31.5	32.5	33.5	34.5	35.4	36.4	37.4	38.4	39.4
55		28.0	29.0	30.0	31.0	32.0	33.0	34.0	35.0	36.0	37.0	38.0	39.0	40.0
60		28.4	29.4	30.4	31.4	32.4	33.5	34.5	35.5	36.5	37.5	38.5	39.5	40.5
65		28.9	29.9	30.9	31.9	32.9	33.9	34.9	35.9	36.9	38.0	39.0	40.0	41.0
70		29.3	30.3	31.3	32.3	33.3	34.3	35.4	36.4	37.4	38.4	39.5	40.5	41.5
75		29.7	30.7	31.7	32.7	33.7	34.8	35.8	36.8	37.8	38.9	39.9	40.9	42.0
80		30.0	31.1	32.1	33.1	34.1	35.2	36.2	37.2	38.3	39.3	40.4	41.4	42.4
85		30.4	31.4	32.5	33.5	34.5	35.6	36.6	37.7	38.7	39.7	40.8	41.8	42.9
90		30.8	31.8	32.9	33.9	34.9	36.0	37.0	38.1	39.1	40.2	41.2	42.3	43.3



在高温天气下，请时刻注意安全事故!!



- 请特别注意，因为很容易忽视佩戴安全帽及安全带等个人防护。
- 谨防因注意力不集中而坠落、摔倒的安全事故。