

온열질환 발생 근로자 응급조치 요령

열경련

발생원인	<ul style="list-style-type: none"> 과도한 염분손실 식염수 보충 없이 물만 많이 마실 때
주요증상 및 소견	<ul style="list-style-type: none"> 근육경련(사지근, 복근, 배근, 수지굴근 등) - 30초 또는 2~3분동안 지속
응급조치	<ul style="list-style-type: none"> 0.1% 식염수 공급 경련발생 근육 마사지 실시



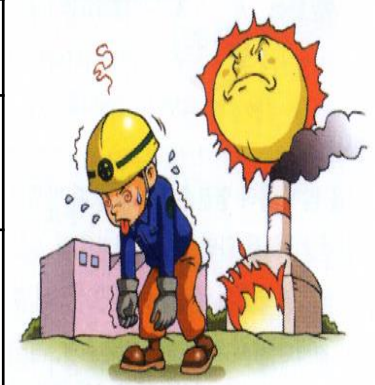
열탈진

발생원인	<ul style="list-style-type: none"> 고온작업 시 체내수분 및 염분손실 고온작업을 떠나 2~3일 쉬고 다시 돌아올 때
주요증상 및 소견	<ul style="list-style-type: none"> 피로감, 현기증, 식욕감퇴, 구역, 구토, 근육경련, 실신 등 체온 38 °C 이상
응급조치	<ul style="list-style-type: none"> 서늘한 장소로 옮겨 안정 0.1% 식염수 공급 가능한 빨리 의사의 진료를 받도록 조치



열사병

발생원인	<ul style="list-style-type: none"> 체온조절 장애 고온다습한 환경에 갑자기 폭로될 때
주요증상 및 소견	<ul style="list-style-type: none"> 현기증, 오심, 구토, 피부건조, 허탈, 혼수상태, 헛소리 등 체온 40 °C 이상
응급조치	<ul style="list-style-type: none"> 환자의 옷을 시원한 물로 흠뻑 적심 선풍기 등으로 시원하게 해줌 의식에 이상 있으면 즉시 병원 응급실로 후송



열피로

발생원인	<ul style="list-style-type: none"> 고열환경 폭로로 인한 혈관장애 - 저혈압, 뇌 산소부족
주요증상 및 소견	<ul style="list-style-type: none"> 두통, 현기증, 급성신체적 피로감, 실신 등
응급조치	<ul style="list-style-type: none"> 서늘한 장소로 옮긴 후 적절한 휴식 물, 염분 섭취



온열질환 발생 근로자 응급조치 요령

열 발 진

발생원인	<ul style="list-style-type: none"> 땀을 많이 흘려 땀샘의 개구부가 막혀 발생 - 땀샘의 염증
주요증상 및 소견	<ul style="list-style-type: none"> 홍반성 피부 붉은 구진 발생 수포, 홍륜 발생
응급조치	<ul style="list-style-type: none"> 시원한 실내에서 안정 피부를 청결하게 유지



열사병 예방 3대 기본수칙 이행가이드

※ 폭염주의보 : 최고기온이 33°C 이상인 상태가 2일 이상 지속될 것으로 예상될 때
 폭염경보 : 최고 기온이 35°C 이상인 상태가 2일 이상 지속될 것으로 예상될 때

물	<ul style="list-style-type: none"> 시원하고 깨끗한 물이 제공되어야 합니다. 규칙적으로 물을 마실 수 있도록 하세요
그늘	<ul style="list-style-type: none"> 근로자가 일하는 장소에서 가까운 곳에 그늘진 장소를 마련하세요. 그늘막이나 차양막은 햇볕을 완전 차단할 수 있는 재질을 선택하세요. 시원한 바람이 통할 수 있게 하세요. 쉬고자 하는 근로자를 충분히 수용할 수 있어야 합니다. 의자나 돛자리, 음료수대 등 적절한 비품을 놔두세요. 소음·낙하물, 차량통행 등 위험이 없는 안전한 장소에 설치하여야 합니다.
휴식	<ul style="list-style-type: none"> 폭염특보 발령 시 1시간 주기로 10~15분 이상씩 규칙적으로 휴식할 수 있어야 합니다. <ul style="list-style-type: none"> - 특보 종류에 따라 휴식시간을 늘려야 합니다. 폭염주의보 (33°C) 발령시에는 매 시간당 10분씩, 폭염경보(35°C) 발령 시에는 15분씩 휴식 같은 온도조건이라도 습도가 높은 경우에는 휴식시간을 더 늘려야 합니다. <ul style="list-style-type: none"> - 기상청에서 제공하는 열지수나 더위체감지수를 활용하여 휴식시간을 조정하세요. 이와 같은 휴식은 반드시 작업을 중단하고 쉬는 것만을 의미하지 않습니다. 가장 무더운 시간대에 실내에서 안전보건교육을 하거나 경미한 작업을 함으로써 충분히 생산적 시간이 될 수 있습니다.