

폭염 대비

열사병 예방 3대 기본수칙 이행가이드





차례 contents

- 폭염 특보 발령기준
- 온열질환이란?
- 온열질환 종류
- 온열질환 사례
- 물, 그늘, 휴식 열사병 예방 3대 기본수칙
- 응급상황 대처 방법(주요 증상 발현 시)

폭염 특보 발령기준

폭염 특보는 기상청에서 일 최고 체감온도에 따라 폭염주의보·경보 발령

폭염주의보

일 최고 체감온도 33℃ 이상인 상태가 2일 이상 지속 될 것으로 예상될 때

폭염 경보

일 최고 체감온도 35℃ 이상인 상태가 2일 이상 지속될 것으로 예상될 때

온열질환이란?

온열질환은 '열'로 인해 발생하는 질환으로, 고온에 장시간 노출돼 체온이 상승할 경우 체온을 조절하는 과정에서 다량의 수분과 염분이 손실돼 발생하는 일련의 건강장해



온열질환 종류

열사병

고온 환경에 노출될 때, 신체 열발산 문제로 발생하는 40℃ 이상의 고체온 상태의 질환

일사병(열탈진)

고온에 장시간 노출되어 땀을 많이 흘린 후, 염분과수분 보충이 부족할 때
순환기 계통에 이상이 발생하는 질환

온열질환 종류

열경련

땀을 많이 흘리면서 수분만 보충할 때, 체내 염분의 부족으로 근육에 경련이 생기는 질환

탈수증

고온의 환경에서 땀 흘리는 등 수분 배출량이 흡수량보다 많아서 발생하는 질환

⊕ 온열질환 사례

재해사례 1



재해발생 개요

- 한여름 건설현장 야외 작업을 하던 재해자
- 점심식사 이후 휴식시간 없이 작업을 실시하고 오후 4시쯤 파라솔에서 휴식을 취함
- 휴식을 취하던 재해자는 현기증을 느끼며 쓰러졌고, 쓰러진 재해자를 병원으로 이송하여 치료했지만 사망함



온열질환 사례

재해사례 1



재해발생 원인

- 설치된 파라솔 그늘 면적이 협소하고, 의자 등이 비치되어 있지 않아 옥외작업장의 휴식공간으로 부적절함
- 적절한 휴식시간 미부여

온열질환 사례

재해사례 1



재해예방 대책

- 충분한 그늘 면적을 가진 그늘텐트 설치
- 의자나 돛자리, 시원한 물 등 비품을 충분히 비치하여 휴식시간에 근로자가 햇빛에 노출 되지 않고 쉴 수 있도록 조치

온열질환 사례

재해사례 1



재해예방 대책

- 적절한 휴식시간 부여(폭염주의보 발령 시 매 시간 10분 휴식, 폭염 경보 발령 시 매 시간 15분 휴식)
- 무더위 시간대(14~17시) 옥외작업 단축 또는 중지

⊕ 온열질환 사례

재해사례 2



재해발생 개요

- 재해자는 풀베기작업을 오전 5시부터 실시함
- 40분 풀베기 후 그 자리에서 20분 휴식하는 작업을 4시간 정도 실시한 후 오전 9시에 휴식 겸 식사를 함
- 작업 재개 후 1시간 정도가 지났을 때 재해자가 몸부림을 치고 소리를 지르며 쓰러짐
- 재해자를 그늘진 곳으로 옮기고 응급조치를 했지만 병원 이송 중 사망함



온열질환 사례

재해사례 2



재해발생 원인

- 적절한 휴식 장소 제공 미흡

온열질환 사례

재해사례 2



재해예방 대책

- 옥외장소에서 작업을 하는 경우 작업장과 인접한 곳에 햇볕을 완전히 차단하는 그늘진 휴식장소를 제공하여야 함
- 휴식장소에는 시원한 물, 의자, 돛자리 등 휴식을 위한 적절할 비품을 비치하여야 함

⊕ 물, 그늘, 휴식 열사병 예방 3대 기본수칙

물

- 시원하고 깨끗한 물 제공
- 규칙적으로 물을 마실 수 있도록 독려



그늘

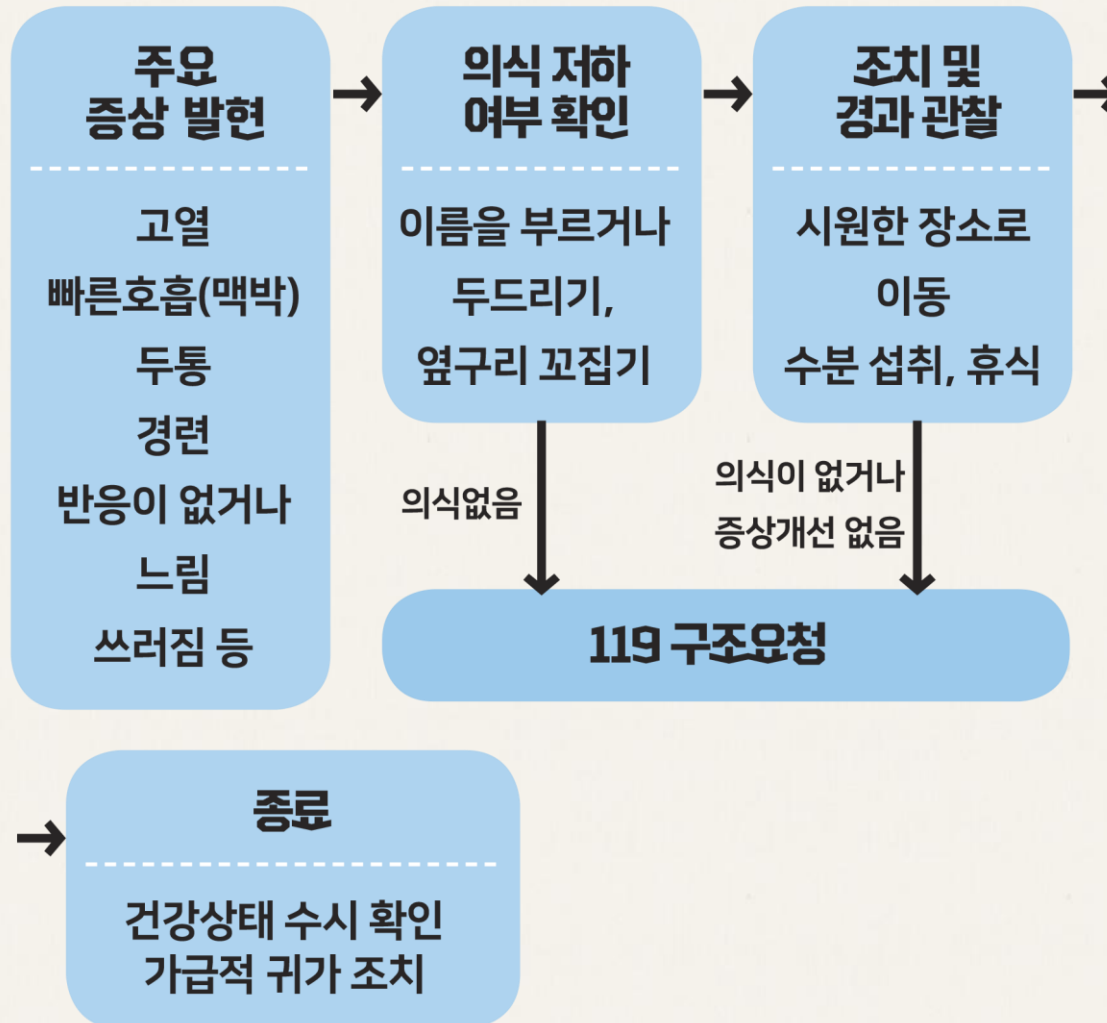
- 작업 장소에서 근처 안전한 곳에 그늘진 장소(휴식공간) 마련
※ 그늘막은 햇빛을 차단할 수 있는 재질 사용
- 근로자를 충분히 수용할 수 있도록 설치하고, 의자, 돛자리, 음료수대 등의 적절한 비품 설치

물, 그늘, 휴식 열사병 예방 3대 기본수칙

휴식

- 매시간 10분(폭염주의보)~15분(폭염경보) 이상 규칙적으로 충분히 휴식
- 무더위 시간대(14~17시) 옥외작업 자제
- 근로자가 온열질환 발생 우려 등 급박한 위험으로 작업중지 요청시 즉시 조치

⊕ 응급상황 대처 방법(주요 증상 발현 시)



열사병 예방 3대 기본수칙 이행가이드

