

Yozgi issiq havo oqimi tufayli yuz beradiga issiqlik bilan bog'liq kasalliklar oldini olish bo'yicha qo'llanma



☉ Har bir korxonada issiq havo oqimi kelishidan oldin issiqlik bilan bog'liq kasallikning oldini olish uchun oldindan tekshiruv o'tkazib, korxona ichki oldini olish choralari belgilab, bosqichma-bosqich chora ko'rilishini so'raymiz.

* Issiq havo oqimi degani odatda yozda ma'lum bir hududda 30°C dan yuqori kuchli issiq davom etadigan holatni anglatib, hukumat har yili yozgi issiq havo oqimiga qarshi kurash davri (20-maydan 30-sentyabrgacha) ni belgilab issiq havo oqimidan zararlantirishning oldini olish uchun profilaktik chora ko'rib kelmog'ga.

✔ Issiqlik bilan bog'liq kasallikning oldini olish uchun 3 ta asosiy qoidani bajarish zarur.

Qurilish maydoni kabi ochiq havodagi ish joylari

Soya

- ✔ Ishchilar ishlaydigan joy yaqinida soya joy (dam olish maydoni) bilan ta'minlang.
- ✔ Soyabonni salqin havo o'tadigan joyga o'rnatish.



Suv

- ✔ Salqin va toza suv bilan ta'minlash / Ish paytida suvni muntazam iste'mol qilish



Dam olish vaqti

- ✔ Issiq havo oqimi haqida maxsus xabar (e'lon, trevoga) berilganda, muntazam ravishda 10-15 minutgacha dam olishga vaqt bering.
 - ✔ Eng issiq payt (soat 14-17) da dam olishga vaqt berib, ochiq havoda ishlashni qisqartiring.
- 1 Ish vaqtini qayta ko'rib chiqing.
 - 2 Ish intensivligi va tezligi kabi ish hajmini kamaytiring.
 - 3 Bino ichkarisida xavfsizlik va salomatlik bo'yicha trening o'tkazing.
 - 4 Ishchilar sog'lig'ini tekshiring.
- ※ Issiq davrida qisqa tanaffus (hordiq) muhim ahamiyatga ega va hatto qisqa tanaffus ham mahsuldorlikni oshirishi mumkin.



Ichki ish joylari

※ (Qo'llanilish doirasi) Butun ichki maydon uchun sovutish moslamasi o'rnatish qiyinligi tufayli ichki haroratga tashqi harorat ta'sir qiladigan joy

- ✔ Doimiy ish bo'ladigan joyda zarur harorat doirasini belgilab, uni ma'lum darajada ushlab turish uchun quyidagi choralarni ko'ring:

- 1 Ishchilar ishlaydigan joyga termogigrometr (harorat va namlik o'lchagich) o'rnatib tekshiring.
- 2 Issiq havo turib qolishiga yo'l qo'ymaslik uchun lokal (mini) sovutish moslamasi* o'rnatish yoki vaqti-vaqti bilan ventilyatsiya qiling.
- 3 Tungi ish paytida ham ichkaridagi haroratni nazorat qiling.

* Havo aylanish (ventilyatsiya) tizimi, ventilyator, sovuq havo ventilyatori, portativ konditsioner va boshqalar

Shamol



Suv



Dam olish vaqti



✔ Issiqlik bilan bog'liq kasallik yuz bersa, darhol chora ko'rish zarur.

- ☉ Ishchi issiqlik bilan bog'liq kasallikka chalinish xavotiri kabi shoshilinch xavf tufayli ishni to'xtatishni talab qilganda, darhol chora ko'rish zarur.
- ☉ Yozda uzoq vaqt davomida yuqori harorat va yuqori namlik ta'sirida qolib, issiqlik oqibatida silla qurishi kabi issiqlik bilan bog'liq kasallik yuzaga kelsa, quyidagi tartibda zudlik bilan chora ko'rish zarur.
- ☉ Ayniqsa, issiqlik bilan bog'liq kasallikka chalinishga moyil guruh va intensiv og'ir mehnat qiladigan ishchilar ishdan oldin va keyin salomatligini tekshirishi zarur.

Asosiy belgilar

- » Tana harorati 38°C dan yuqori
- » Yiqilish (charchoq, mushaklar tortishishi)
- » Bosh og'rig'i va o'zini noqulay his qilish



Xushidaligini tekshiring.

- » Ismini chaqiring yoki turtib ko'ring.
- » Biqindan chimchilang.



Hushsiz

Birinci yordam ko'rsatib kuzating.

- » Salqin joyga o'tkazing.
- » Kiyimni bo'shatib tanani salqin ushlang.
- » Suyuqlik ichib dam oling.



Hushsiz yoki alomatlar yaxshilanmayapti

Yakunlash

- » Ahvolini tez-tez tekshirib turing.
- » Uyga qaytarish tavsiya etiladi. (telefon orqali monitoring)



112 qutqaruv xizmatini chaqiring.



Shifoxonaga evakuatsiya



※ Ushbu qo'llanma issiqlik bilan bog'liq kasalliklarning oldini olish uchun beriladigan tavsiyalar bo'lib, korxonadagi holat va ishchilar fikrlarini tinglash orqali ushbu mezonga teng yoki undan yuqori darajada qo'llash mumkin.



Ministry of
Employment and Labor



Seziladigan haroratga qarab issiq havo oqimining har bir darajasi bo'yicha qo'shimcha chora ko'rish zarur.

Ichki/tashqi ish joyida issiq havo oqimi to'xtamasdan harorat ko'tariladigan o'ta issiq davrda issiqlik bilan bog'liq kasallik va sog'liq bo'yicha muammolarning oldini olish uchun asosiy qoidalarga qo'shimcha ravishda, bosqichma-bosqich qo'shimcha chora ko'rish talab qilinadi.

Umumiy qoidalar

(e'tibor berish, ogohlantirish, trevoga, xavf)

- Ob-havo ma'lumotlarini tekshirib ishchilarga issiq havo to'liqini haqida ma'lumot bering (Gidrometeorologiya boshqarmasi veb-sayti, ilovadan foydalaning).
- Ishchilar dam olishlari uchun salqin va toza suv hamda soya joy (dam olish maydoni) bilan ta'minlang.
- Ochiq havo yoki ichkarida issiq joyda ishlayotganda, ishchilar talabiga binoan himoya yenglari (narukavnik) kabi sovutish moslamalarini taqdim eting.
- Issiqlik bilan bog'liq kasallikka chalinishga moyil guruh va intensiv og'ir mehnat qiladigan ishchilardan ehtiyot bo'ling.

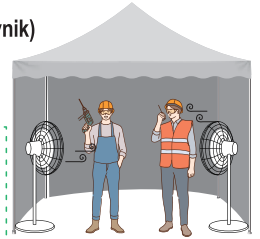
Issiqlik bilan bog'liq kasallikka chalinishga moyil guruh nima?

- ▲ Semizlik, qandli diabet, yuqori/past qon bosimi kabi kasallikka chalinganlar
- ▲ Avval issiqlik bilan bog'liq kasallikka chalinganlar
- ▲ Qariyalar
- ▲ Issiq havo oqimi ostida bajariladigan ishga yangi tayinlanganlar

Intensiv og'ir mehnat nima?

- Jismonan intensiv va og'ir ish bo'lib issiqlik ta'siriga tushish oson ish
- (Ishga misollar) Qurilish maydonida qolip, amatura yoki qorishmani quyish yoki payvandlash ishlari kabi butun tanani harakatga keltiradigan yoki og'ir narsalarni qo'lida qayta-qayta ko'tarib-tushiradigan ishlar, belkurak, bolg'a, arra kabi asbob ishlatadigan hamda issiq havo oqimi ta'siri ostida uzoq vaqt bo'ladigan ish

- Yopiq ish joylari holatida, sovutish va shamollatish moslamalari muvofiq ekanligini tekshiring.



Ogohlantirish

Seziladigan harorat 33°Cdan yuqori

yoki issiq havo oqimi haqida e'lon

- Har soatda 10 daqiqa soya(dam olish maydoni)da dam olishga ruxsat bering.
- Issiqlik bilan bog'liq kasallikka chalinishga moyil guruh va intensiv og'ir mehnatdagi ishchilarga qo'shimcha dam olish vaqti tayinlang.
- Eng issiq payt(soat 14-17)da ochiq havoda ishlashni qisqartiring yoki ish vaqtini o'zgartiring.



Trevoga

Seziladigan harorat 35°Cdan yuqori

yoki issiq havo oqimi haqida ogohlantirish

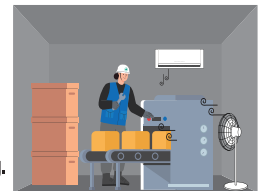
- Har soatda 15 daqiqa soya(dam olish maydoni)da dam olishga ruxsat bering.
- Issiqlik bilan bog'liq kasallikka chalinishga moyil guruh va intensiv og'ir mehnatdagi ishchilarga qo'shimcha dam olish vaqti tayinlang.
- Eng issiq payt(soat 14-17)da, illosiz paytdan tashqari, ochiq havoda ishlashni to'xtating.
- Illosiz ravishda ochiq havoda ishlaganda dam olish vaqtini yetarlicha bering.
- Mas'ul shaxsni tayinlab ishchilar sog'lig'ini tekshiring.



Xavf

Seziladigan harorat 38°Cdan yuqori

- Har soatda 15 daqiqa soya(dam olish maydoni)da dam olishga ruxsat bering.
- Issiqlik bilan bog'liq kasallikka chalinishga moyil guruh va intensiv og'ir mehnatdagi ishchilarga qo'shimcha dam olish vaqti tayinlang.
- Eng issiq payt(soat 14-17)da tabiiy ofat va xavfsizlik nazorati uchun zarur bo'lgan favqulodda choralardan tashqari ochiq havodagi ishlarni to'xtating.
- Shoshilinch ishlarni bajarganda dam olish vaqtini yetarlicha bering.
- Issiqlik urishi kabi issiqlik bilan bog'liq kasallikka chalinishga moyil guruh uchun ochiq havoda ishlashni cheklang.
- Mas'ul shaxsni tayinlab ishchilar sog'lig'ini tekshiring.



Seziladigan harorat qanday tekshiriladi?

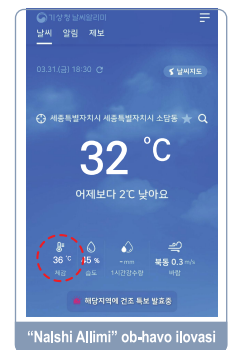
Seziladigan harorat nima degani? Namlik va shamol ta'sirini qo'shish orqali odam his qiladigan issiqlikni miqdoriy ifodalovchi, yozda namlik past payti ayni haroratga nisbatan kamroq issiqni his qilish va namlik yuqori payti issiqroq his qilishni aks ettiruvchi harorat

Ochiq havodagi ish joylari

Issiqlik havo oqimi darajasini Gidrometeorologiya boshqarmasi veb-sayti* yoki "Nalshi Allimi" ob-havo ilovasi orqali tekshirish mumkin.

* Nalshi Nuri (www.weather.go.kr) > Ob-havo > Ob-havo haqida maxsus xabar > Ta'sir prognozi > Sanoat

* Issiq havo oqimi haqida maxsus xabar: Eng yuqori seziladigan harorat 33°Cdan yuqori (e'lon), 35°Cdan yuqori (ogohlantirish) bo'lgan holat 2 kundan ortiq davom etadigan holatda beriladi.



Ichki ish joylari

Gidrometeorologiya boshqarmasi tomonidan taqdim etiladigan harorat ish joyidagi ichki haroratdan farq qilsa, doimiy ish bo'ladigan joyga o'rnatilgan termogigrometr(harorat va namlik o'lchagich) yordamida hisoblangan seziladigan harorat qo'llaniladi.

Gidrometeorologiya boshqarmasi taqdim etadigan seziladigan harorat jadvali

Havo harorati	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
Namlik	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	35.5	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



Issiqlik havo oqimi paytida baxtsiz xodisalarga doimo e'tibor bering!



- Xavfsizlik dubulg'asi (kaska) va kamari kabi shaxsiy himoya vositalarini taqishga e'tiborsizlik qilimgan.
- Diqqat pasayishi tufayli tushib ketish, yiqilish kabi baxtsiz xodisalardan ogoh bo'ling.