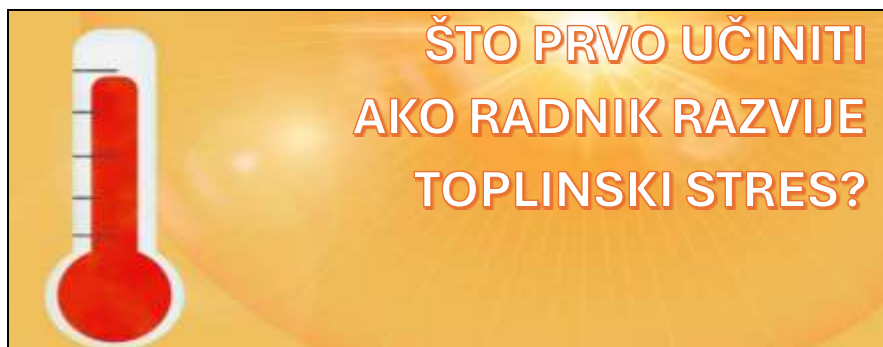




Definiranje/određivanje zadataka

Prvo treba radnika maknuti od izvora topline i odmah ga početi hladiti kako bi se spriječilo da toplinska iscrpljenost napreduje do toplinskog udara.

Koraci koje treba slijediti

- ✓ Odmah premjestite radnika u zasjenjeno ili klimatizirano područje
- ✓ Olabavite usku odjeću i skinite nepotrebnu osobnu zaštitnu opremu ako je to sigurno
- ✓ Stavite hladne, mokre obloge na vrat, čelo i ispod pazuha
- ✓ Dajte male gutljaje hladne vode ako je osoba pri svijesti i budna
- ✓ Ventilatorom prozračite osobu kako biste povećali cirkulaciju zraka
- ✓ Pratite simptome poput vrtoglavice, mučnine, zbunjenosti ili ubrzanog pulsa
- ✓ Nazovite hitnu pomoć ako je radnik bez svijesti, zbunjen ili se ne oporavlja unutar 10 minuta
- ✓ Nikada ne ostavljajte ozlijeđenog radnika samog dok ne stigne medicinska pomoć

Detaljan primjer

- Zidar koji radi na krovu ljeti počinje osjećati vrtoglavicu i slabost
- Ovlaštenik odmah zaustavlja rad i premješta ga u hlad
- Nanosi se mokri oblog i nudi se voda u malim gutljajima
- Tim obavještava liječnika i prati njegovo stanje
- Radnik se oporavlja nakon 15 minuta i šalje se kući na odmor

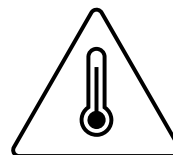


licenca CC BY-NC-ND

Ispravna reakcija na toplinski stres

Djelujte brzo, ohladite se i nikada ne ignorirajte rane znakove

Važna napomena



Toplinski udar može biti fatalan u roku od nekoliko minuta. Ako je osoba bez svijesti, ima vruću i suhu kožu ili je zbunjena, postupajte na način da je to hitan slučaj i odmah nazovite 112.

Jednostavan savjet za sigurnost

Prvi korak kod toplinskog stresa je uvijek: izvucite ih s topline i počnite ih hladiti.