

### Koje opasnosti/posljedice prijete pri radu na visokoj toploti i/ili intenzivnoj izloženosti sunčevoj svjetlosti?

- povećan rizik od nezgoda, podložnost greškama
- Toplotni udar (crvenilo kože, ubrzano disanje, ubrzani rad srca, smanjena svijest, koma → Pažnja: Opasnost po život)
- Toplotni kolaps (pad krvnog pritiska, osjećaj slabosti, vrtoglavica, mučnina i nesvjestica)
- Sunčanica (mučnina, vrtoglavica, jaka glavobolja)
- Opekotine od sunca, rizik od nastanka raka kože
- opadajući radni učinak i kvalitet rada (30-70% u ljetnom toplotnom periodu)

### Postoji li „odmor zbog toplote“?

- Zakonski nisu utvrđene temperaturne granice  
→ nema zahtjeva da se na određenim temperaturama dobije „odmor zbog toplote“.

ALI: Poslodavac je zakonski dužan poduzeti mjere kako bi održao toplotna opterećenja što je moguće nižim (dužnost brižnog postupanja).

Kolektivne mjere (npr. nadstrešnica) imaju prednost nad pojedinačnim (npr. krema za sunčanje).

### Koje su mjere moguće?

- Osiguravanje bezalkoholnih pića
- Pravljenje sjene na radnom mjestu, npr. suncobranima/nadstrešnicom
- Zaštitna odjeća, npr. šeširi za sunce, zaštita za vrat, prsluci za hlađenje, odjeća otporna na UV zrake, naočale
- Proizvodi za zaštitu od sunca
- rashladne montažne prostorije za tim/zajedničke prostorije
- Kutija za hlađenje/frižider za piće i hranu
- organizacijske mjere (pomjeriti početak rada prema naprijed, izbjeći podnevne vrućine)
- Upućivanje radnika za prvu pomoć, posebno u slučaju toplotnog kolapsa, sunčanice, toplotnog udara
- Zatvoreni prostor: Popustiti propise o odjeći (lagana obuća, ljetna odjeća), osiguravanje ventilatora (izbjegavati propuhe), provjetravati ujutro i navečer (noćno hlađenje), zasjenjivanje vanjskim žaluzinama

### Šta se odnosi na radove u zatvorenom prostoru?

- Poslodavac mora osigurati održavanje sljedećih temperatura zraka ako je moguće:
  - a. Slabo fizičko opterećenje (sjedenje, kancelarijski rad): min. 19 °C i maks. 25 °C
  - b. Normalno fizičko opterećenje (stajanje): min. 18 °C i maks. 24 °C
  - c. Visoko fizičko opterećenje (zanatske aktivnosti): min. 12 °C
- Iznimke su moguće ako način korištenja prostorije ne dopušta gornje vrijednosti (npr. staklena kuća, hladnjača)
- Ne postoji osnovno pravo na klimatizaciju.

### Šta učiniti u hitnom slučaju zbog toplote - mjere prve pomoći?

- Pokrenuti lanac za spašavanje u pokretu = prva pomoć (uključujući upućivanje hitnih poziva) - služba za spašavanje - bolnica (UVIJEK obavijestite hitnu pomoć ako sumnjate!)
- Ne ostavljati zaposlenika/cu bez nadzora
- Postaviti na ravnu površinu u hladnoj sobi, podignuti noge
- Hidratacija
- na vrat i kožu staviti hladne peškire natopljene vodom

Prevedeni jezik:

Topota (prijevod na odgovarajući jezik)