

Která nebezpečí/účinky hrozí při činnostech ve velkém teple a/nebo při intenzivním slunečném záření?

- zvýšené riziko úrazu, zvýšené množství chyb
- úpal (zčervenání kůže, rychlé dýchání, zrychlený tlukot srdce, dezorientace, kóma → Pozor: riziko ohrožení života)
- kolaps z tepla (snížení krevního tlaku, pocit slabosti, závrať, nevolnost a bezvědomí)
- tepelný stres (nevolnost, závrať, časté bolesti hlavy)
- úpal, riziko vzniku rakoviny kůže
- snížení pracovního výkonu a kvality práce (30-70 % při letních horkách)

Existuje „bez horka“?

- Zákonem nejsou stanovené meze teploty
→ bez nároku na „bez horka“ při jistých teplotách.

ALE: Zaměstnavatel je ze zákona povinen provést opatření, aby se udržovalo co možná nejnižší zatížení teplem (preventivní povinnost).

Přitom mají kolektivní opatření (např. plachta proti slunci) přednost před individuálními opatřeními (např. krém na opalování).

Která opatření připadají do úvahy?

- Příprava nealkoholických nápojů
- Zastínění pracoviště např. slunečníky/plachtami proti slunci
- Ochranný oděv, např. slunečné klobouky, ochrana krku, chladicí vesty, oděv odolný proti UV záření, brýle
- Ochranné prostředky proti slunci
- unimo buňky/prostory pro pobyt s klimatizací
- chladicí box/chladicí skříň na nápoje a jídla
- organizační opatření (předem přeložit začátek práce, zamezit polednímu horku)
- Zaškolení zaměstnanců do první pomoci, speciálně při kolapsu z tepla, tepelném stresu, úpalu
- Interiér: Uvolnění předpisů o oblečení (lehká obuv, letní oblečení), příprava ventilátorů (zamezení průvanu), větrání ráno a večer (noční ochlazení), clonění pomocí vnějších žaluzií

Co platí pro práce v interiéru?

- Zaměstnavatel se musí postarat o to, aby se pokud možno dodržovali následující teploty vzduchu:
 - a. Nízké fyzické zatížení (sezení, kancelářská práce): min. 19 °C a max. 25°C
 - b. Běžné fyzické zatížení (stání): min. 18 °C a max. 24 °C
 - c. Vysoké fyzické zatížení (řemeslné činnosti): min. 12 °C
- Výjimky jsou možné, pokud způsob využití prostoru nepovoluje výše uvedené hodnoty (např. skleník, chladírna)
- Základní právo na klimatizaci neexistuje.

Co dělat při nouzových stavech způsobených horkem – opatření první pomoci?

- Spustit do chodu záchranný řetězec = První pomoc (včetně vysílání nouzových signálů) – Záchranná služba – Nemocnice (v případě pochybností VŽDY informovat záchrannou službu!)
- Nenechávat pracovníky/pracovnice bez dohledu
- Ploché uložení v chladném prostoru, nohy do zvýšené polohy
- Dodávka tekutin
- přiložit na zátylek a pokožku ve vodě namočené, chladné utěrky

Přeložený jazyk:
Horko (překlad do
příslušného jazyka)