

## Milyen veszélyekkel/hatásokkal jár a munkavégzés nagy hőségben és/vagy intenzív napsugárzásban?

- Megnövekedett baleseti kockázat, hibázási lehetőség
- Hőguta (bőrpír, gyors légzés, felgyorsult szívverés, tudatzavar, kóma → figyelem: életveszély)
- Hőkimerülés (vérnyomáscsökkenés, gyengeség, szédülés, rosszullet és eszméletvesztés)
- Napszúrás (rosszullet, szédülés, erős fejfájás)
- Leégés, bőrrák kockázata
- Csökkenő munkateljesítmény és munkaminőség (30–70% a nyári kánikula esetén)

## Létezik a „hőségmentesség” fogalma?

- Törvényileg nincsenek meghatározott hőmérsékletkorlátok → nincs „hőségmentességi” igény meghatározott hőmérsékleteknél.

AZONBAN: A munkáltató törvényileg kötelezett a hőségterhelés lehető legalacsonyabb szinten tartására irányuló intézkedések megtételére (gondoskodási kötelezettség).

Ennek során a kollektív intézkedések (pl. árnyékoló vitorlavászon) előnyt élveznek az egyéni intézkedésekkel szemben (pl. naptej).

## Milyen intézkedések jöhetnek szóba?

- Alkoholmentes italok rendelkezésre bocsátása
- A munkahely leárnyékolása pl. napernyőkkel/vitorlavásznakkal
- Védőruházat, pl. kalapok, tarkóvédő, hűtőmellény, UV-álló ruházat, szemüvegek
- Napvédő szerek
- Hűtött konténerek/helyiségek
- Hűtőláda/hűtőszekrény az italok és ételek számára
- Szervezeti intézkedések (korábbi munkakezdés, déli hőség kerülése)
- A munkavállalók oktatása az elsősegély-nyújtás terén, különösen hőguta, hőkimerülés, napszúrás esetén
- Belső területek: Öltözködési előírások enyhítése (könnyű cipők, nyári ruházat), ventilátorok rendelkezésre bocsátása (huzat kerülése), szellőztetés reggel és este (éjszakai lehűlés), árnyékolás külső árnyékolókkal

## Mi vonatkozik a beltéri munkálatokra?

- A munkáltatónak gondoskodnia kell arról, hogy lehetőleg betartják az alábbi levegő-hőmérsékleteket:
  - a. Csekély szervezeti terhelés (ülés, irodai munka): legalább 19 °C és legfeljebb 25 °C
  - b. Normális szervezeti terhelés (állás): legalább 18 °C és legfeljebb 24 °C
  - c. Magas szervezeti terhelés (fizikai tevékenységek): legalább 12 °C
- Kivételek lehetségesek, amikor a helyiség használata nem teszi lehetővé a fenti értékeket (pl. üvegház, hűtőraktár)
- Alapvető jog nem áll fenn klímaberendezésre.

## Munkavégzés hőség esetén



### Mi a teendő hőséggel kapcsolatos vészhelyzetekben – elsősegélynyújtási intézkedések?

- Elsősegélynyújtási folyamat megkezdése = elsősegélynyújtók (segélykéréssel együtt) – mentők – kórház (kétség esetén MINDIG értesíteni kell a mentőket!)
- Ne hagyják felügyelet nélkül a munkatársakat
- A munkatársat hűvös helyen, lábakat felpolcolva kell lefektetni
- Folyadékbevitel
- Vizes, hideg törölközőt kell a nyakra és bőrfelületekre helyezni

Ungarisch:

Hőség (Übersetzung in  
Ungarisch)