

## Кои са рисковете/последичите при работа при много висока температура и/или интензивно слънцегреене?

- Повишен риск от злополуки, склонност към допускане на грешки
- Топлинен удар (зачервяване на кожата, учестено дишане, ускорено сърцебиене, замъгляване на съзнанието, кома → Внимание: опасност за живота)
- Колабиране вследствие на горещина (спадане на кръвното налягане, чувство на слабост, световъртеж, гадене и загуба на съзнание)
- Слънчев удар (гадене, световъртеж, силно главоболие)
- Слънчево изгаряне, опасност от развиване на рак на кожата
- Намаляване на ефективността и качеството на работата (30-70% в горещините през лятото)

## Има ли условия, определени като „без горещини“?

- Няма определени по закон температурни граници  
→ няма право на претенции за условия, определени като „без горещини“, при определени температури.

НО: Работодателят е задължен по закон да предприеме мерки, за да поддържа въздействието от горещините възможно най-ниско (задължение за полагане на грижи).

При това колективните мерки (например слънцезащитни тенти) имат преимущество пред индивидуалните (крем против слънчево изгаряне).

## За какви мерки става въпрос?

- Осигуряване на безалкохолни напитки
- Засенчване на работното място, например чрез плажни чадъри/тенти
- Защитно облекло, например слънцезащитни шапки, защита за врата, охлаждащи жилетки, устойчиво на УВ лъчи облекло, очила
- Слънцезащитни средства
- Охладени контейнери за екипите/помещенията за почивка
- Хладилна кутия/хладилник за напитки и ястия
- Организационни мерки (изместване на началото на работата за по-ранен час, избягване на обедните горещини)
- Инструктаж на работниците и служителите за мерките за първа помощ, специално при колабиране вследствие на горещина, слънчев удар, топлинен удар
- На закрито: Разхлабване на изискванията за облекло (леки обувки, лятно облекло), осигуряване на вентилатори (да се избягва течение), проветрение сутрин и вечер (нощно охлаждане), засенчване с външни жалузи

## Какво важи за работата на закрито?

- Работодателят трябва да се погрижи да се спазват по възможност следните температури на въздуха:
  - а. При слабо физическо натоварване (седене, работа в офис): минимум 19°C и максимум 25°C
  - б. Нормално физическо натоварване (стоене): минимум 18°C и максимум 24°C
  - в. Силно физическо натоварване (занаятчийски дейности): минимум 12°C

## Работа при висока температура



- Възможни са изключения, когато начинът на използване на помещението не допуска горните стойности (например оранжерия, хладилен склад)
- Принципно не съществува право на климатична инсталация.

### Какво да се прави при злополуки поради високи температури – мерки за първа помощ?

- Задействане на спасителната верига = оказване на първа помощ (заедно с обаждане на бърза помощ) – спасителна служба – болница (в случай на съмнение ВИНАГИ уведомявайте спасителната служба!)
- Не оставяйте работниците/работничките без надзор
- Поставете в легнало положение на равно в хладно помещение, вдигнете краката високо
- Подавайте течности
- Поставете напоени с вода, хладни кърпи на тила и на свободните пространства от кожата

Преведен език:  
горещина, висока  
температура (превод на  
съответния език)