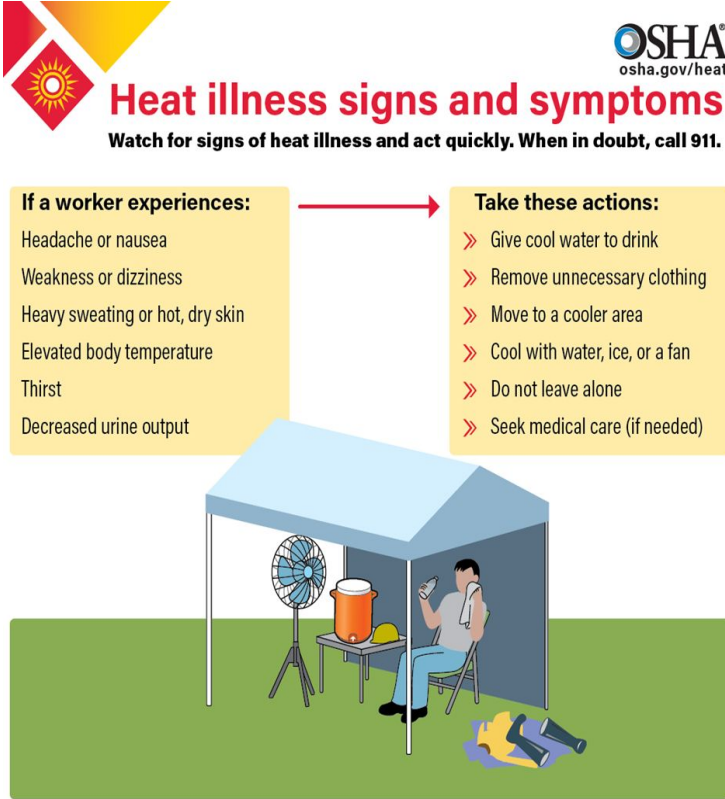


זהה סימני מכת חום

מאי 2022



Heat illness signs and symptoms
Watch for signs of heat illness and act quickly. When in doubt, call 911.

If a worker experiences:	Take these actions:
Headache or nausea	» Give cool water to drink
Weakness or dizziness	» Remove unnecessary clothing
Heavy sweating or hot, dry skin	» Move to a cooler area
Elevated body temperature	» Cool with water, ice, or a fan
Thirst	» Do not leave alone
Decreased urine output	» Seek medical care (if needed)

סימני מכת חום. איור מספר 1

ב-20 ליולי שנת 2020, עובד בן 35 נפגע ומת בזמן עבודה על סלילת כביש במדינת ניו יורק. הסיבה מכת חום קטלנית הקרויה מכת שמש. העובד סיים את היום השני בעבודת סלילה והתמוטט. תנאי הסביבה ביום זה היו מעל 32 מעלות צלזיוס.

המקרה קרה בסלילת כביש אך יכול להיגרם בבתי זיקוק או במפעל כימי. מפעיל המלא מכלית כביש בשמש או רתך העובד בחוץ עשויים להיפגע ממכת חום ולחלות.

מידע נוסף למצוא במסמך הבא

https://www.osha.gov/publications/publication-products?publication_title=heat+illness

הידעת?

- מכת חום היא הגורם הראשי למוות בעקבות מכות חום בארה"ב. החל מ-2011 ועד 2022 פטרו 479 עובדים בארה"ב עקב חשיפה לתנאי מזג אוויר חמים.
- עובדים בתוך מבנה עשויים לחוות מכת חום כאשר הם עובדים ליד מקורות חום או במקום לא מאוורר.
- עבודות מחוץ למבנה עשויים לחשוף את העובד לחשיפה לשמש התייבשות.
- ציוד מגן אישי עשוי גם כן לתרום למכות חום. ציוד מגן לחומצות ואף ציוד מגן לרתך עשויים למנוע הזעה ובכך למנוע התקררות הגוף.
- מסכות נשימה עלולות גם כן לגרום התייבשות.
- סימני אזהרה ממכת חום ועזרה ראשונה מתוארים באיור מספר 1.
- משקאות המכילים קופאין דוגמת קפה תה ומשקאות קלים עשויים להגביר התייבשות. מים הם הבחירה הנכונה.
- אתם עלולים להיפגע מהתייבשות. לפני שתרגישו צמא.

מה באפשרותכם לעשות?

- שתו מים בתדירות רבה בזמן עבודות בסביבה חמה. הזכירו גם לחבריכם לעבודה לשתות הרבה.
- זהה את סימני מכת חום ודע מה לעשות במקרה של מכת חום.
- זהה סימני מכת חום לחבריך לעבודה לעצור אותם. והודע לאחראי או לצוות החירום במידה וזיהיתם סימני מכת חום..
- תכנן עבודות חמות לשעות קרירות יותר במידה ואפשר.
- תכנן עבודות בחום לזמנים קרירים. שלושה מתוך ארבעה עובדים ניפגעים בימים הראשונים בשבוע העבודה.
- השתמש בציוד מגן אישי ת גם במקרה של חום. תכנן העבודה להפסקות בכדי לשתות מים ולקרר את הגוף.