겨울철 한랭질환 예방을 위해 사업주, 근로자는 무엇을 해야하나요?

사업주
- 한랭질환의 종류, 증상, 응급조치 사항 등 교육
- 작업장소에 난방, 바람을 막을 수 있는 조치
- 추운시간대 옥외작업 최소화 중작업은 가장 따뜻한 시간대로 조정
- 수시로 기상상황을 확인 근로자에게 공지
- 추위에 적응 할 수 있도록 작업강도를 조정
- 한랭질환 민감군 모니터링 및 주기적으로 따뜻한 장소 휴식 부여

근로자
- 한랭질환에 증상 발현 시 조치사항 숙지
- 주기적으로 따뜻한 장소, 휴게시설 등에서 휴식
- 작업 시작 전 가벼운 맨손 체조
- 동료근로자와 서로 몸 상태 체크
- 따뜻한 옷(방한장구) 및 속옷, 양말 등 여분 준비
- 급박한 위험이 있는 경우 관리감독자 등에게 보고 및 작업중지

민감군이란 고혈압, 당뇨, 뇌심혈관질환, 갑상선 기능저하, 허약체질, 고령자, 신규 배치자 등이 해당
중작업이란 열량소비가 많은 작업으로 삽·망치·톱·곡괭이·도끼를 이용하거나 형틀·철근·타설 작업 등 전신을 움직이는 작업 또는 중량물을 수작업에 의해 반복적으로 내리거나 취급하는 작업

한파 단계별 대응요령을 지켜주세요.

주의 (한파주의보)
- 따뜻한 옷과 방한장구 착용, 따뜻한 물 및 따뜻한 장소를 제공합니다.
- 추운시간대에는 옥외작업을 가급적 최소화합니다.
  ▶ 추운 시간대 옥외작업시간 및 휴식시간 조정 등

경고 (한파경보)
- 따뜻한 옷과 방한장구 착용, 따뜻한 물 및 따뜻한 장소를 제공합니다.
- 추운시간대에는 옥외작업을 최소화 합니다.
  ▶ 한랭질환 민감군 및 중(重)작업을 수행하는 작업자 우선 고려

위험
- 따뜻한 옷과 방한장구 착용, 따뜻한 물 및 따뜻한 장소를 제공합니다.
- 추운시간대에는 옥외작업을 제한하고 불가피하게 옥외작업시 휴식시간을 충분히 배정합니다.
  ▶ 한랭질환 민감군, 중(重)작업을 수행하는 작업자는 추운시간대 재난·안전 긴급조치 외 옥외작업 제한

❄ 지역별 한파 단계는 기상청 「날씨누리 누리집(www.weather.go.kr)> 날씨> 기상특보>영향예보>'산업'」 또는 날씨알리미(앱)을 통하여 확인할 수 있습니다.

찾아가는 건강관리 서비스를 통해 한랭질환을 예방하세요.

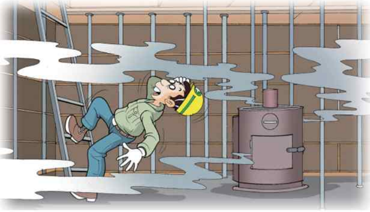
- 직업건강 관련 의사, 간호사 등 산업보건전문가가 현장근로자를 직접 찾아가 혈압, 당뇨 등 간이검사와 건강상담, 교육 등을 무료로 지원하는 서비스 입니다.
  ▶ 안전보건공단 (1644-4544) 또는 근로자건강센터(1577-6497)로 신청하세요.
- 특수형태근로종사자는 뇌심혈관질환 예방을 위한 건강검진 비용지원을 받을 수 있고, 근로자건강센터에서 건강상담 등 사후관리를 지원받을 수 있습니다.
  ▶ 안전보건공단 (1644-4544)으로 신청하세요.

겨울철 빈번하게 발생하는 재해유형을 확인하고 예방하세요.

뇌심혈관질환 예방

- '한랭'은 뇌심혈관질환 발병율을 높일 수 있으니, 작업 전 스트레칭을 실시하고, 음주·흡연을 멀리하세요.
- 기저질환자를 미리 확인하고 업무에 주의하세요.

건설현장 갈탄 사용시 질식위험 예방



- 양생 시 갈탄보다는 열풍기를 사용하세요.
- 콘크리트 양생을 위해 갈탄을 사용할 경우 ▲산소 및 유해가스 농도 측정, ▲충분한 환기, ▲보호구 착용을 잊지 마세요.

빙판길 미끄러짐 예방

- 미끄럼 방지용 안전화를 착용합니다.
- 작업시작 전 빙판이나 눈이 쌓인 곳은 제설작업을 실시하고, 모래 등을 뿌려줍니다.