

發行人:處長 陳俊六

聯絡人:科長 何明信

電話:(07)7336959 轉 201 地址: 高雄市鳥松區大埤路 117 號 2 樓

### 高市勞檢處呼籲預防炎夏酷暑熱環境危害

時節進入酷暑，隨著氣溫屢創新高，有鑑於往年高雄地區高溫環境災害層出不窮。於戶外或是室內勞力工作的勞工朋友及暑期工讀們<sup>[1]</sup>，可能因為不了解「熱疾病」( Heat Illness)的症狀與緊急處理方式，極易輕忽而危及生命及健康，因此，高雄市勞檢處整理相關資訊(認知、處理、與預防方法)，呼籲雇主與勞工朋友防範夏天高溫引起的各種健康危害，以減少事故發生。

#### Q1. 熱疾病有那些？

A1. 常見有熱中暑、失水、熱衰竭、熱痙攣...等，除了太陽直射之曬傷外，常因為身體無法適時排除體熱、調控體溫造成，大都會有初期自覺症狀。

#### Q2. 預防熱環境造成健康危害的方法？

##### A2. 一、職業健康保護及管理措施

1. 僱用前特殊體格檢查，選配適任熱環境作業的勞工--有高血壓、心臟病、呼吸系統疾病、內分泌系統疾病、無

汗症、腎臟疾病、廣泛性皮膚疾病的勞工，不應該讓他從事高溫作業。

2. 高溫作業勞工完全投入工作前，要先給予規定的熱適應程序
3. 高溫作業勞工危害認知及預防知識必要的教育訓練
4. 適當勞工作息時間分配
5. 提供飲用冷水及食鹽
6. 定期特殊健康檢查、實施健康管理

## 二、工程控制

### (一)減少代謝熱

1. 檢討作業流程或生產設備，避免重體力操作
2. 以機械代人力
3. 設置具有空氣調節的休息室

### (二)改善輻射熱

1. 降低輻射熱源溫度
2. 用隔離的空調操作室遙控操作，
3. 對熱源採取絕緣包覆
4. 設置輻射熱反射屏蔽或簾幕
5. 提供個人熱防護衣具

### (三)改善傳導對流熱

1. 調節控制環境溫度
2. 對作業人員供給局部冷卻的氣流
3. 控制作業環境空氣流速
  - (1) 氣溫大於 35°C 時，減少空氣流動
  - (2) 氣溫小於 35°C 時，增加空氣流動

4. 改善衣服穿著情形
  - (1) 氣溫大於 35°C 時，減少皮膚裸露部份
  - (2) 氣溫小於 35°C 時，脫去不必要的衣物

(四) 增加蒸發對流(流汗)熱散失

1. 調節控制環境濕度
2. 維持合理空氣流動

Q3. 有那些自覺症狀(中暑與熱衰竭)?

A3. 留意早期的症狀(身體警報)，不必然全部症狀都有。<sup>[2,3]</sup>

症狀	頭暈 痛	臉潮 紅	高體 溫	噁心 嘔吐	大量 流汗	皮膚	意識錯亂 或昏迷
中暑	V	V	V	V	-	乾熱	V
熱衰 竭	V	-	-	-	V	濕冷	V

註： - 表示症狀不明顯

Q4. 中暑應該如何應變處理?

A4. 當有自覺或發現別人有此症狀時，別猶豫，立刻求援。一旦中暑(最危險的症狀)，請為患者濕潤身體(例如：裹濕浴

巾並吹涼風)，將患者移到有冷氣的地方，如果患者亦是仍清醒，則給予補充水分，再以冷毛巾濕敷患者，並立即送醫。

情境	緊急處理注意事項[美國 OSHA 建議 3]
自身求救 (單獨)	運用通訊簡要正確描述症狀，及自身所在位置地點，請求協助救援。
同事救援	1. 告訴同事或領班呼救，並提供初步急救。 2. 將患者移到陰涼處休息，並鬆開患者衣物。 3. 在不嘔吐及意識清楚情況下，一點點漸進式的給患者水喝。 4. 幫忙患者冷卻(搨風、放冰袋在腹股溝和腋下、或用冷水弄濕患者衣服)。

參考資料：(可點擊文字超連結)

1. [酷暑炎熱，氣溫飆高，勞委會呼籲事業單位雇主應落實工安防範夏天高溫引起的各種危害，以減少事故發生](#)，熱線訊息，更新日期 2010/07/27，勞工安全衛生研究所。
2. [哈特 \(Hot\) 戰爭](#)，勞工安全衛生簡訊 102 期 99 年 8 月，勞工安全衛生研究所。
3. [Welcome to OSHA's Campaign to Prevent Heat Illness in Outdoor Workers](#)，美國 OSHA 活動官網(海報下載)。