

# Хэт халалтаас шалтгаалсан халуунаас үүдэлтэй өвчнөөс урьдчилан сэргийлэх арга хэмжээ



몽골



18개 모국어 번역본

Ажилчид **31°C ба түүнээс дээш мэдрэгдэхүйц температуртай** ажлын байранд ажиллах үед ажил олгогчид халуунаас үүдэлтэй өвчнөөс урьдчилан сэргийлэх арга хэмжээ авах ёстой.

## Халуунаас үүдэлтэй өвчнөөс урьдчилан сэргийлэх арга хэмжээ

- ✓ Ажлын талбайд **термометр болон гигрометр ашиглан** мэдрэгдэхүйц температурыг хэмжиж, авч хэрэгжүүлсэн арга хэмжээг тэмдэглэх
- ✓ Хэт халуунд ажиллахаас нь өмнө ажилчдад **халуунаас үүдэлтэй өвчний шинж тэмдэг** болон яаралтай тусламжийн арга хэмжээний талаар мэдээлэл өгөх
- ✓ Ажлын талбайн ойролцоо **амрах байгууламж (амрах газар болон сүүдрэвч)** суурилуулах

## Халууны давлагааны аюулгүй байдлын заавал мөрдөх таван үндсэн дүрэм

Ус



- ✓ Хүйтэн, цэвэр ус хангалттай хэмжээгээр хангах

Хөргөх төхөөрөмжүүд



- ✓ Хэт халуунд ажиллах үед (зөөврийн) агааржуулагч, үйлдвэрийн сэнс гэх мэт хөргөх/агааржуулах төхөөрөмж, мөн майхан сүүдрэвч суурилуулах
- ✓ Халууны оргил цагт өртөлтийг бага байлгахын тулд **ажлын цагийг тохируулах**

Амралт



- ✓ **31°C ба түүнээс дээш** мэдрэгдэхүйц температуртай хэт халуунд ажиллах үед зохих завсарлага авах
- ✓ **33°C ба түүнээс дээш** температуртай хэт халуунд ажиллах үед 2 цаг тутамд дор хаяж 20 минут завсарлага авах

Хөргөх хэрэгсэл

- ✓ Хөргөх хувцас, хантааз гэх мэт **хувийн хөргөх хэрэгслээр** хангах

119 рүү залгах



- ✓ Халуунаас үүдэлтэй өвчнөөр өвдсөн эсвэл магадлалтай хүн ухаангүй байвал 119 рүү яаралтай залга
- ✓ Тухайн хүн ухаантай байвал яаралтай тусламжийн арга хэмжээ авна, **хэрэв шинж тэмдэг дээрдэхгүй байвал 119 рүү залга**

## Халууны давлагааны түвшнээс хамаарч санал болгосон ажлын түр зогсолт

**Мэдрэгдэх температур  $\geq 33^{\circ}\text{C}$**

Халууны давлагааны зөвлөмж

- ✓ Ажлын цагийг тохируулах эсвэл **гадаа ажиллах цагийг багасгах**

**Мэдрэгдэх температур  $\geq 35^{\circ}\text{C}$**

Халууны давлагааны анхааруулга

- ✓ Зайлшгүй шаардлагатайгаас бусад тохиолдолд **халууны оргил цагт гадаа ажиллахыг** түр зогсоох

**Мэдрэгдэх температур  $\geq 38^{\circ}\text{C}$**

Хүчтэй хэт халалтын анхааруулга

- ✓ Гамшгийн хариу арга хэмжээ авах, аюулгүй байдлын менежментэд шаардлагатай онцгой байдлын ажиллагаанаас бусад тохиолдолд **гадаа ажиллахыг түр зогсоох**



고용노동부



산업재해예방  
안전보건공단



질병관리청



공공누리

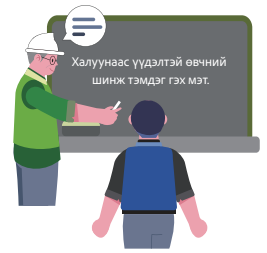


국민안전처  
고용노동부  
환경부

## Халууны өвчинд мэдрэмтгий бүлгийн удирдлага

### Халууны өвчинд мэдрэмтгий бүлгүүд

- ✓ Хэт халуунд ажиллахаар **шинээр томилогдсон ажилчид**
- ✓ Өмнө нь халуунаас үүдэлтэй өвчний түүхтэй ажилчид
- ✓ **Ахмад настай ажилчид** эсвэл **цусны даралт ихсэх, чихрийн шижин** гэх мэт өвчнөөр өвчилсөн хүмүүс.



### Халуунаас үүдэлтэй өвчинд мэдрэмтгий бүлгүүдийн удирдлагын арга

- ✓ Шинээр томилогдсон ажилчид болон халууны өвчинд мэдрэмтгий бусад бүлгийн ажлын цагийг **ажилчны нөхцөл байдлыг харгалзан аажмаар нэмэгдүүлэх**
- ✓ **Ажилчдын эрүүл мэндийн байдлыг тогтмол шалгаж байх**
- ✓ Хэт халуунд ажиллахаас нь өмнө ажилчдад халуунаас үүдэлтэй өвчний шинж тэмдэг болон яаралтай тусламжийн арга хэмжээний талаар мэдээлэл өгөх
- ✓ **Хэт халуун үед ажлын цагийг багасгаж, нэмэлтээр амралтын цаг гаргах**

## Халуунаас үүдэлтэй өвчний үед авах яаралтай тусламжийн арга хэмжээ

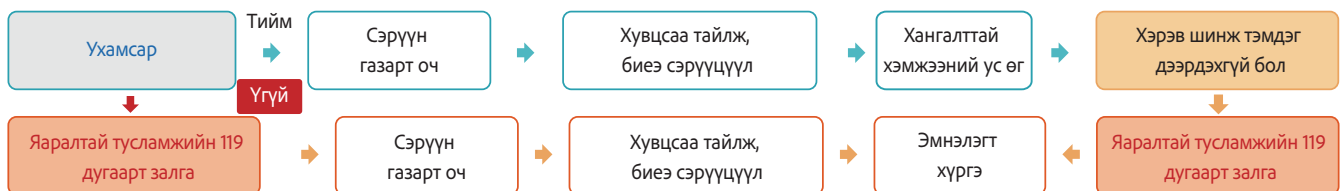
### Халуунаас үүдэлтэй өвчний шинж тэмдэг

\*Халуунаас үүдэлтэй өвчнөөс урьдчилан сэргийлэх (KDCA) эрүүл мэндийн удирдамжийг судалж, дагаж мөрдөөрэй.

- ✓ Биеийн температур хэвийн хэмжээнээс өндөр байх, хэт их хөлрөх, толгой эргэх, дотор муухайрах, булчин татах, ухаан балартах

### Халуунаас үүдэлтэй өвчний үед авах яаралтай тусламжийн арга хэмжээ

- ✓ **Сэрүүн газар** оч.
- ✓ **Хувцсаа тайлж**, биеэ хүйтэн усаар норгож, гар сэнс, цахилгаан сэнс гэх мэтээр **сэрүүц**.
- ✓ **Хүйтэн ус** сайн ууж, **шингэний дутагдлаас сэргийл**. \* Ажилчин ухаангүй байх үед ус өгч болохгүй.
- ✓ **Амрах** эсвэл **эмнэлгийн тусламж** ав.



## Амьсгал боогдох ослоос урьдчилан сэргийлэх аюулгүй байдлын гурван үндсэн дүрэм

### Давчуу орон зай нь "амь насанд аюултай амьсгал боогдох өндөр эрсдэлтэй бүс" юм.

Энэ нь халууны давлагааны үеэр маш аюултай болдог.

- ✓ **Давчуу орон зай** (жишээлбэл, танк, хадгалах сав, худаг гэх мэтийн дотор) нь температур нэмэгдэхийн хэрээр хүчилтөрөгчийн дутагдал болон хорт хийн хордлогын эрсдэлийг мэдэгдэхүйц нэмэгдүүлдэг. Эдгээр нь **ганц амьсгал үхэлд хүргэж болзошгүй аюултай газрууд юм**.

"Амьсгал боогдох ослоос урьдчилан сэргийлэх аюулгүй байдлын гурван үндсэн дүрэм"-ийг үргэлж дагаж мөрд.

- 1 Ажил эхлэхийн өмнө **хүчилтөрөгчийн түвшин болон аюултай хийн агууламжийг хэмжих**
- 2 Ажил эхлэхийн өмнө болон ажлын явцад **тасралтгүй агааржуулалт** хийх
- 3 Хэрэв амьсгалах агаар хангагдаагүй бол **агаараар хангагдсан амьсгалын аппарат эсвэл өөрөө агаар хангагч амьсгалын аппарат (SCBA) зүү**.

Амьсгал боогдохлоос урьдчилан сэргийлэх хөдөлмөрийн аюулгүй байдал, эрүүл ахуйн үндсэн дүрмийн гол өөрчлөлтүүд (2025 оны 12-р сарын 1-нээс хүчин төгөлдөр болсон)

- 1 Хүчилтөрөгч болон аюултай хийн хяналтын төхөөрөмжөөр хангах үүргийг тодорхой зааж өгөх
- 2 Хэмжилтийн үр дүнг тэмдэглэж, хадгалах
- 3 Осол гарсан тохиолдолд эхлээд яаралтай тусламжийн алба (119) руу залга
- 4 Давчуу орон зайн аюулын талаарх сургалт, мэдлэгийг бэхжүүл