

# Toolbox

## Nummer 8 - Maatregelen om hittestress te voorkomen

Juni 2020



### Inleiding

Als de temperatuur zeer hoog oploopt (>30 graden) dan moet je voorzorgsmaatregelen treffen om hittestress te voorkomen.

### Wat is hittestress?

Symptomen van hittestress zijn: dorst, hoofdpijn, koorts, misselijkheid, diarree, duizeligheid en flauwvallen.

Vorzorgsmaatregelen:

- Werk- en rusttijden aanpassen in overleg met de contractor en Nouryon (SLT).
- Uitstellen van werk. Bedenk of het werk verplaatst kan worden naar een ander tijdstip die dag of die week.
- Fysiek zware werkzaamheden in de ochtenduren uitvoeren.
- Extra drinkpauzes inlassen nabij de werkplek.
- Niet werken in de volle zon tussen 11 en 16 uur.
- Een zonnecrème gebruiken met hoge factor (+30).
- Zware werkzaamheden, zoals werken in een besloten ruimte, in een tychem- of aluminium pak of in de buurt van hete procesonderdelen, vragen om passende maatregelen en specifieke aandacht.
- **En bovendien let op elkaar! Bij symptomen van hittestress help je elkaar en informeer je de leidinggevende.**

### Wat te doen bij hittestress

Zodra er hittestress wordt vermoed stop dan meteen het werk en ga naar een koelere locatie om iets te drinken. Houden de symptomen aan, zorg dan dat je zelf of je collega gekoeld blijft en schakel de eerste hulp in.

### PBM beleid bij hoge temperaturen

Bij warm weer blijft het dragen van standaard PBM's verplicht omdat de risico's met het werken bij hoge temperaturen ook blijven bestaan. Het is niet veilig om met opgerolde mouwen en/of open overall werkzaamheden te verrichten in fabrieken, installaties en werkplaatsen.

