



戶外工作 慎防熱傷害



高溫曝曬會加速勞工體力消耗，
增加發生職業災害的機率。

爲了保障勞工的安全，戶外高溫作業應留意

 適時調整作業場所溫度(如風扇或噴霧灑水等)

 縮短在高氣溫下的工作時間

 適時補充水分及電解質

 規劃遮陽棚休息區





การทำงานกลางแจ้ง

ต้องระวังอันตรายจากอากาศร้อน

การทำงานกลางแจ้งท่ามกลางอากาศร้อนและอุณหภูมิสูงจะทำให้แรงงานเหนื่อยล้าเร็วขึ้นและเพิ่มโอกาสที่จะเกิดอุบัติเหตุขึ้นด้วย เพื่อรับประกันความปลอดภัยของแรงงาน การทำงานกลางแจ้งท่ามกลางอากาศร้อนต้องระมัดระวังดังต่อไปนี้



ปรับอุณหภูมิในสถานประกอบการให้พอเหมาะ
(อาทิ เปิดพัดลมหรือฉีดพ่นน้ำ เป็นต้น)



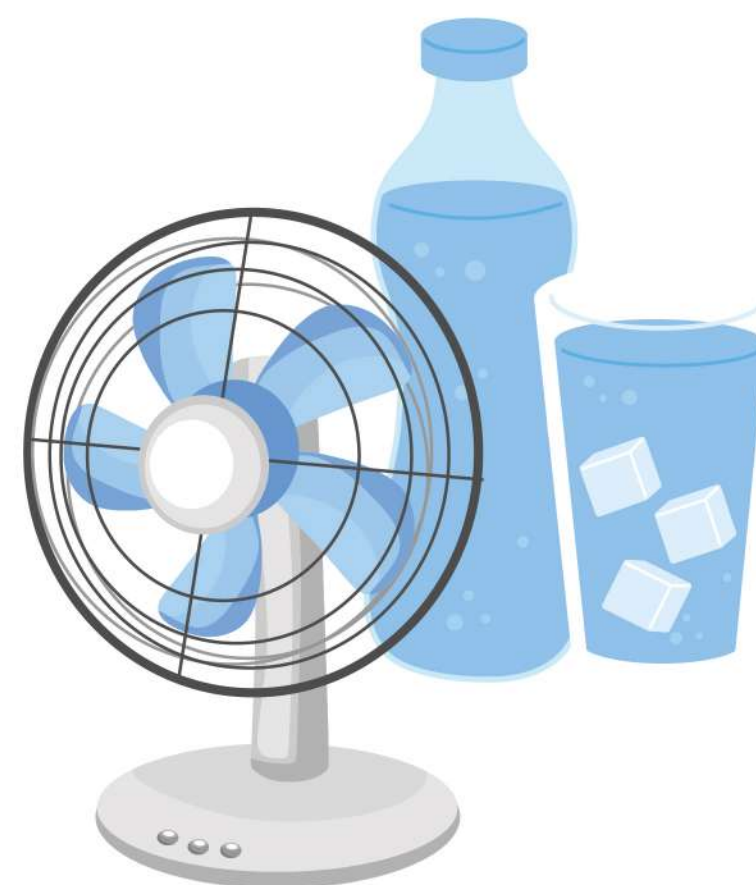
ลดเวลาทำงานกลางแจ้งให้สั้นลง



ดื่มน้ำและเครื่องดื่มหายความร้อน



จัดทำพื้นที่พักที่มีหลังคาบังแดด









Bekerja di Luar Ruangan Waspada Cedera Hawa Panas

Paparan hawa panas akan mempercepat terkurasnya tenaga, meningkatkan risiko kecelakaan kerja.

Untuk menjamin keamanan pekerja, perhatikan suhu udara saat bekerja di luar ruangan

-  **Menyesuaikan suhu udara tempat kerja (seperti kipas angin atau penyemprotan air)**
-  **Mempersingkat waktu kerja saat suhu udara tinggi**
-  **Mencukupi kebutuhan air dan elektrolit**
-  **Mengatur area istirahat dengan tenda untuk berteduh**





Phòng tránh **sốc nhiệt** khi làm việc ngoài trời

Tiếp xúc với nhiệt độ cao sẽ khiến cơ thể mệt mỏi, tăng khả năng xảy ra tai nạn lao động. Để đảm bảo an toàn cho người lao động, làm việc ngoài trời có môi trường nhiệt độ cao cần chú ý



Điều chỉnh nhiệt độ nơi làm việc kịp thời (như quạt, phun nước...).



Rút ngắn thời gian làm việc ở nhiệt độ cao.



Bổ sung nước và điện giải đầy đủ.



Chỗ tạm nghỉ có dù che nắng.





When working outdoors beware **heat related injuries**

Extreme heat exposure accelerates physical exhaustion and increases the frequency of occupational accidents. In order to ensure the safety of workers who operate outdoors in the heat, the following should be observed



Reduce the temperature in the workplace by using a fan or sprinkler



Minimize time spent working in extreme heat



Stay hydrated by drinking water and electrolyte drinks



Set up a rest area in the shade

