겨울철 한파로 인한
한랭질환 예방수칙

- **한파**에 장시간 노출되면 **저체온증, 동상, 동창 등의 한랭질환**과 **뇌심혈관질환**이 **발생**하거나 **악화**될 수 있습니다.
- 작업 전에 **반드시 한파안전 5대 기본수칙을 사전 점검**하고 **미흡한 사항은 조치**하세요.

✻ 한파특보 발표기준

한파주의보
- 아침 최저기온이 **영하 12℃** 이하가 2일 이상 지속될 것이 예상될 때
- 아침 최저기온이 전날보다 **10℃** 이상 하강하여 **3℃** 이하 예상될 때 등

한파경보
- 아침 최저기온이 **영하 15℃** 이하가 2일 이상 지속될 것이 예상될 때
- 아침 최저기온이 전날보다 **15℃** 이상 하강하여 **3℃** 이하 예상될 때 등

※ 세부사항은 기상청 시행령 [별표1] 특보기준 참고

✻ 한파안전 5대 기본수칙

따뜻한 옷
- **따뜻한 옷**, 방한모, 장갑 착용
- 보온과 방수기능이 있는 신발 착용
  * 물이나 땀에 젖을 수 있음을 고려하여 여분의 양말 준비

따뜻한 쉼터 (휴식)
- 작업장소와 가까운 곳에 **따뜻한 쉼터 설치**
  * 쉼터에서의 화재 및 유해가스 중독 등 예방조치 실시
- **한파특보 발령** 시 적절한 **휴식 부여**

따뜻한 물
- 깨끗하고 **따뜻한 물** 제공

작업시간대 조정
- **한파주의보 : 작업시간대 조정** 또는 작업시간 단축
- **한파경보 : 추운시간대(새벽)** 옥외 작업중지 또는 최소화

119 신고
- 한랭질환자 발생 시 즉시 119신고
- 한랭질환 증상 및 예방조치, 응급조치 요령을 미리 알릴 것

2025-산업보건실-1273

고용노동부 | 산업재해예방 안전보건공단 | 질병관리청