폭염으로 인한 온열질환 예방수칙

18개 모국어 번역본

사업주는 노동자가 체감온도 31℃ 이상 되는 작업장에서 일하는 경우 온열질환 예방조치를 해야 합니다.

온열질환 예방조치

- 작업장소에 온·습도계 비치하여 체감온도 측정 및 조치사항 기록
- 폭염작업 전 온열질환 증상 및 응급조치 요령 알리기
- 작업장소 근처에 휴게시설(쉼터 및 그늘진 장소) 설치

체감온도 계산기

폭염안전 5대 기본수칙 의무

물

- 시원하고 깨끗한 물 충분히 제공

냉방장치

- 폭염작업 시 (이동식)에어컨, 산업용 선풍기 등 냉방 · 통풍장치 및 그늘막 설치
- 작업시간대 조정 등 폭염 집중 시간대 노출 최소화

휴식

- 체감온도 31℃ 이상 폭염작업 시 적절한 휴식
- 체감온도 33℃ 이상 폭염작업 시 매 2시간 이내 20분 이상 휴식

보냉장구

- 냉각의류, 냉각조끼 등 개인 보냉장구 지급

119 신고

- 온열질환자 · 의심자가 의식이 없는 경우 즉시 119 신고
- 의식이 있는 경우 응급조치 후 증상 개선 없을 시 119 신고

폭염 단계별 작업중지 권고

체감온도 33℃ 이상 폭염주의보	작업시간대 조정 또는 옥외작업 단축
체감온도 35℃ 이상 폭염경보	무더위 시간대에는 불가피한 경우를 제외하고는 옥외작업 중지
체감온도 38℃ 이상 폭염중대경보	재난 및 안전관리 등에 필요한 긴급조치 작업 외 옥외작업 중지

사각형 캡처(R)

고용노동부 산업재해예방 안전보건공단 질병관리청

OPEN 공공누리 공공저작물 자유이용허락

온열질환 민감군 관리

온열질환 민감군

- 폭염작업 신규배치자
- 과거 온열질환 경력자
- 고령자, 고혈압·당뇨 등의 질환이 있는 자

온열질환 민감군 관리방법

- 신규배치자 등 온열질환 민감군은 작업자의 상황을 고려하여 작업시간을 단계적 증가
- 주기적으로 노동자 건강상태 확인
- 폭염작업 전 온열질환 증상 및 응급조치 요령 주지
- 폭염작업 시간 단축, 휴식 시간 추가 배정

온열질환 응급조치 요령

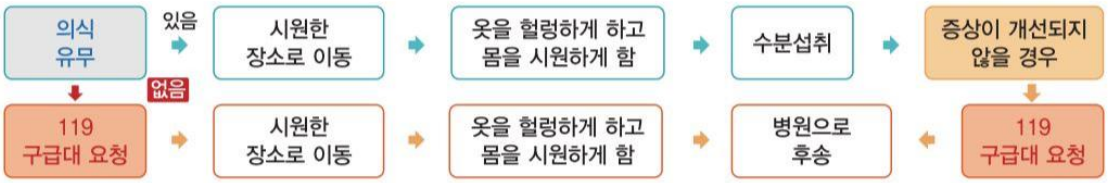
* 질병청 온열질환 예방을 위한 건강수칙 바로알기

온열질환 증상

- 평소보다 높은 체온, 땀을 많이 흘림, 어지러움, 메스꺼움, 근육 경련, 의식 저하

온열질환 응급조치 요령

- 시원한 장소로 이동하세요.
- 옷을 헐렁하게 하고 몸에 시원한 물을 적셔 부채나 선풍기 등으로 몸을 식히세요.
- 시원한 물을 섭취하여 수분을 보충하세요. ※ 의식이 없을 경우에는 수분섭취 절대 금지
- 휴식을 취하거나 의료적인 도움을 받으세요.



질식사고 예방 3대 안전수칙

밀폐공간은 '질식사망 위험공간'입니다. 폭염 시 매우 위험합니다.

- 밀폐공간(탱크 · 저장용기의 내부, 맨홀 등)은 기온 상승 시 산소결핍이나 유해가스 중독 위험이 크게 증가하여 '한 번의 호흡으로도 사망할 수 있는 위험 장소'입니다.

반드시 「질식사고 예방 3대 안전수칙」을 준수하여 주시기 바랍니다.

❶ 작업 전 산소 및 유해가스 농도 측정
❷ 작업전 · 작업중 지속적인 환기
❸ 적정공기가 아닌 경우 송기마스크 또는 공기호흡기 착용

※ 질식사고 예방 핵심 안전보건규칙 개정('25.12.1) 주요내용
❶ 산소 및 유해가스 측정장비 지급의무 명시 ❷ 측정결과 기록 · 보존 ❸ 사고 발생 시 119 우선 신고 ❹ 밀폐공간 위험성 숙지 · 교육 강조

고용노동부 산업재해예방 안전보건공단 질병관리청