



高温中暑防治 健康科普知识

作者：周晓娟、李宜君、钟伟导

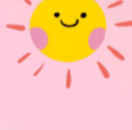


高温作业定义：

高温作业

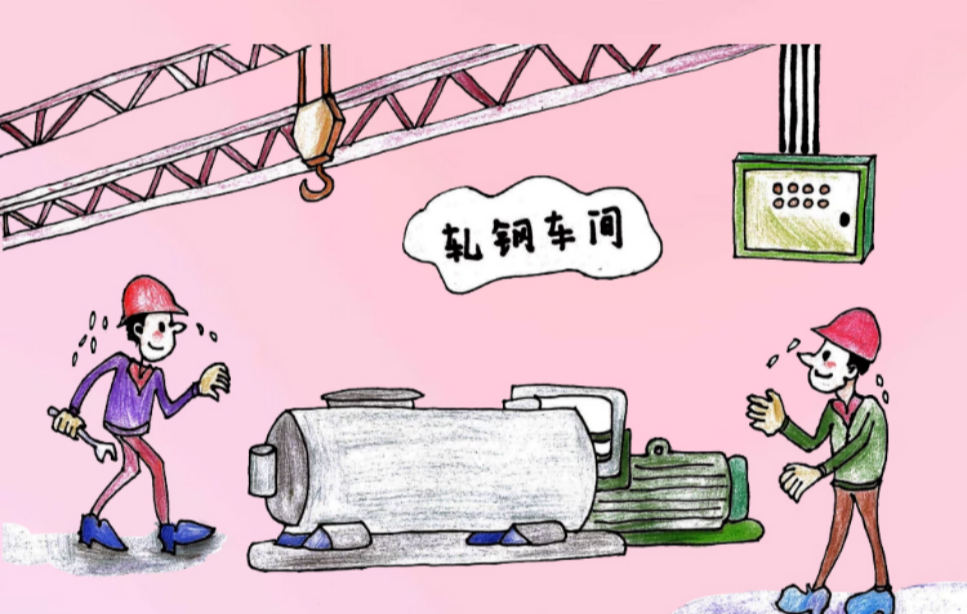


高温作业是指有高气温、或有强烈的热辐射、或伴有高气温相结合的正常气象条件、WBGT指数超过规定限值的作业。



高温作业类型：

1、高温、强热辐射作业



如冶炼、轧钢车间等；

2、高温、高湿作业

如印染、深矿井作业；

3、夏季露天作业

如夏天的建筑、施工等室外作业；

4、夏季高强度作业

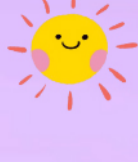
如体育竞赛等作业。



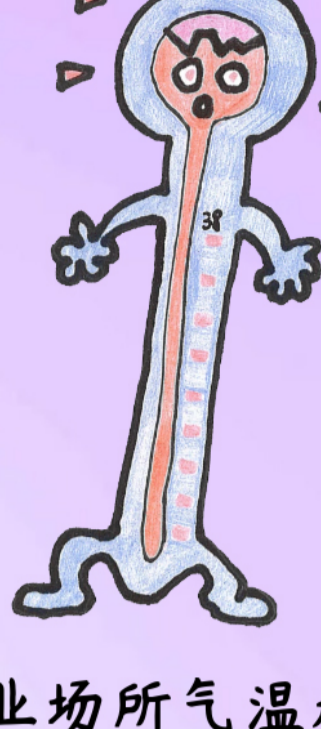
高温作业能对人体产生哪些影响？

人体热平衡和（或）水盐代谢紊乱。





职业性中暑定义：



超过34℃

当作业场所气温超过34℃时，即可能有中暑病例发生。

职业性中暑是高温作业环境下，由于热平衡和（或）水盐代谢紊乱而引起的以中枢神经系统和（或）心血管障碍为主要表现的急性疾病。



职业中暑有哪些临床表现？

在高温作业环境下从事体力劳动或体力活动后，表现为：



1、中暑先兆：

出现头晕、头痛、乏力、口渴、多汗、心悸、注意力不集中、动作不协调等症状，体温正常或略有升高但低于38.0℃，可伴有面色潮红、皮肤灼热等，短时间休息后症状即可消失。

2、热痉挛：

大量出汗后出现短暂、间歇发作的肌痉挛，伴有收缩痛，多见于四肢肌肉、咀嚼肌及腹肌，尤以腓肠肌为著，呈对称性；体温一般正常。

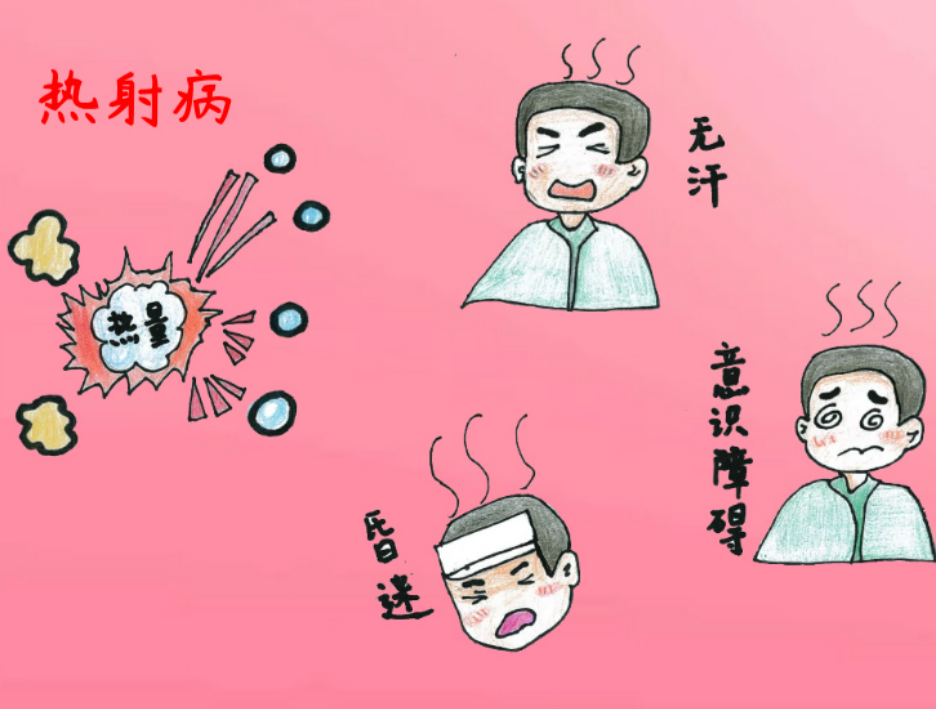
3、热衰竭：

出现如多汗、皮肤湿冷、面色苍白、恶心、头晕、心率明显增加、低血压、少尿，体温常升高但不超过40℃，可伴有眩晕、晕厥，部分患者早期仅出现体温升高。实验室检查可见血细胞比容增高、高钠血症、氮质血症。

4、热射病（包括日射病）：

表现为皮肤干热，无汗，体温高达40℃及以上，谵妄、昏迷等；可伴有全身性癫痫样发作、横纹肌溶解、多器官功能障碍综合征。

热射病

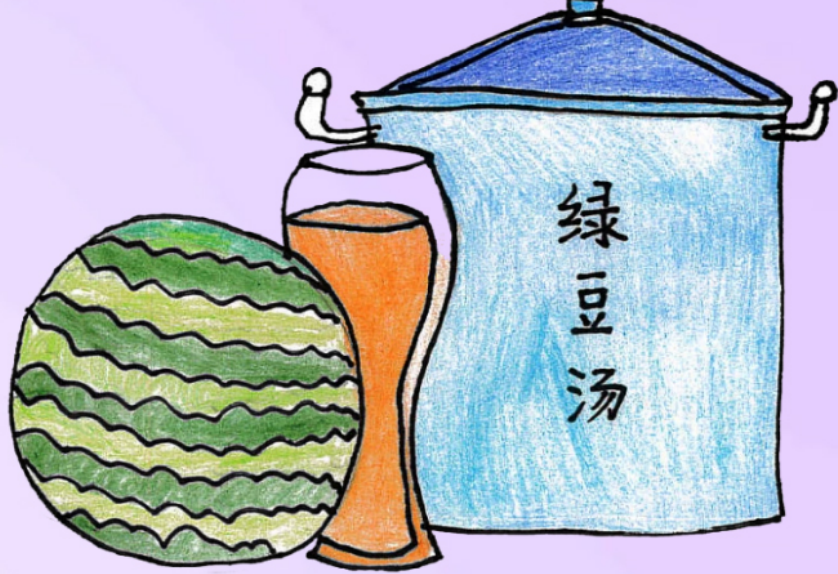




应该如何处理中暑?

中暑先兆:

立即脱离高温环境，到通风阴凉处休息、平卧。予含盐清凉饮料及对症处理，并密切观察。



热痉挛:

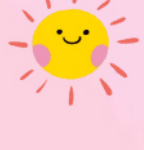
纠正水与电解质紊乱及对症治疗。

热衰竭:

予物理降温和(或)药物降温，并注意监测体温，纠正水电解质紊乱，扩充血容量、防止休克。

热射病:

快速降温，持续监测体温，保护重要脏器功能，呼吸循环支持，改善微循环，纠正凝血功能紊乱，对出现肝肾功能衰竭、横纹肌溶解者，早期予以血液净化治疗。



如何预防中暑?

1、根据工艺流程，合理布局，使热源尽量远离工人操作位，同时加强隔热措施和通风降温措施。

2、加强保健措施，对高温工人供给合理饮料及补充营养；并保证高温作业工人有充分的睡眠与休息，采用短时轮岗制度，岗位就近设立休息室，预防中暑的发生。

3、配备个人防护用品，如防热服、隔热面罩、手套、帽子等。



4、加强医疗预防工作，对高温作业工人进行就业前和入暑前的体格检查。