



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ, ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΣΦΑΛΙΣΗΣ
ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΣΩΜΑ ΕΠΙΘΕΩΡΗΣΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ (Σ.ΕΠ.Ε.)
ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ

Αθήνα, 08-06-2016
Αρ. Πρωτ.: Οικ. 20494

Αποστολή με ηλεκτρονικό ταχυδρομείο

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΥ &
ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΥ ΕΠΙΘΕΩΡΗΣΗΣ
ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ & ΥΓΕΙΑΣ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ

Προς: Όλες τις Π.Δ.Ε.Α.Υ.Ε. & τα Τ.Ε.Α.Υ.Ε.

Ταχ. Δ/νση: Αγησιλάου 10 Αθήνα
Τ.Κ.: 104 37
Πληροφορ.: Οικονόμου Β.
Παπαντωνόπουλος Γ.
Τηλ.: 210 5289185, 246, 110
e-mail: kysepetye@ypakp.gr

Κοιν: Α. Υπουργείο Εργασίας, Κοινωνικής
Ασφάλισης & Κοιν. Αλληλεγγύης
1. Γραφείο κ. Υπουργού
2. Γραφείο κ. Γεν. Γραμματέα
3. Δ/νση Ασφάλειας & Υγείας
στην Εργασία
Β. Όπως Πίνακας αποδεκτών

Θέμα: Πρόληψη της θερμικής καταπόνησης των εργαζομένων υπό συνθήκες καύσωνα
Σχετ: α. Η με αρ. πρωτ. Οικ. 20716/23-06-2015 εγκύκλιος του Σώματος Επιθεώρησης Εργασίας
β. Η με αρ. πρωτ. Γ1α/Γ.Π. οικ. 40228/02-06-2016 εγκύκλιος του Υπουργείου Υγείας
«Πρόληψη των επιπτώσεων από την εμφάνιση υψηλών θερμοκρασιών και καύσωνα»

Σας κοινοποιούμε, συνημμένα, την ανωτέρω β' εγκύκλιο του Υπουργείου Υγείας και παρακαλούμε όπως, αντίστοιχα, εντάξετε στο πρόγραμμα ελέγχων και ενημερωτικής σας δράσης την εφαρμογή της ανωτέρω α' σχετικής εγκυκλίου του ΣΕΠΕ, για τις περιόδους του τρέχοντος έτους κατά τις οποίες αναμένεται επικράτηση υψηλών θερμοκρασιών αέρα σε συνδυασμό με άπνοια ή υψηλή σχετική υγρασία, δηλαδή συνθηκών που μπορεί να επιφέρουν θερμική καταπόνηση των εργαζομένων.

Υπενθυμίζεται ότι οι έλεγχοι βάσει της ανωτέρω εγκυκλίου του ΣΕΠΕ ή των αντιστοίχων παρελθόντων ετών πραγματοποιούνται σε προληπτική βάση ή κατόπιν καταγγελιών εργαζομένων και φορέων τους και έχουν ως σκοπό τη λήψη οργανωτικών και τεχνικών μέτρων εκ μέρους των επιχειρήσεων, ώστε να αποτρέπεται ή να μειώνεται η θερμική καταπόνηση των εργαζομένων σε περιόδους καύσωνα. Δίδεται δε έμφαση στην προστασία της υγείας των εργαζομένων που απασχολούνται σε υπαίθριες εργασίες (οικοδομές - τεχνικά έργα) ή σε παραγωγικές δραστηριότητες συνυφασμένες με θερμό εργασιακό περιβάλλον (χυτήρια, μεταλλικές κατασκευές, μαγειρεία κ.ά.), καθώς και των εργαζομένων που εντάσσονται σε ομάδες υψηλού κινδύνου.

Μετά το πέρας της θερινής περιόδου και μέχρι την Παρασκευή 7 Οκτωβρίου 2016, παρακαλείσθε να αποστείλετε στην υπηρεσία μας συγκεντρωτικά ανά Δ/νση ΕΑΥΕ, στοιχεία για την ελεγκτική δράση των υπηρεσιών σας, συγκεκριμένα δε αριθμό υποβληθεισών καταγγελιών, πραγματοποιηθέντων ελέγχων και επανελέγχων και επιβληθεισών κυρώσεων (ποινικών και διοικητικών) ανά κλάδο οικονομικής δραστηριότητας.

Συνημμένα : 1 (4 σελίδες)

Εσωτ. Διανομή :

1. Γραφείο κ. Ειδικού Γραμματέα
2. Δ.Π.Σ.-Ε.Ε.Σ.
3. Τμήμα Υποστήριξης του Σ.ΕΠ.Ε.
4. Υπηρεσία Ειδικών Επιθεωρητών
5. Κ.Φ.

Η ΠΡΟΪΣΤΑΜΕΝΗ ΤΗΣ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗΣ

ΤΟΥΦΕΚΟΥΛΑ ΧΡΥΣΟΥΛΑ



ΑΚΡΙΒΕΣ ΑΝΤΙΓΡΑΦΟ

Σ. Παπαγιαννόπουλος



ΑΝΑΡΤΗΤΕΟ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
 ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
 ΓΕΝΙΚΗ Δ/ΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
 & ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΥΓΕΙΑΣ
 Δ/ΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
 ΤΜΗΜΑ: Α΄ & Δ΄
 Ταχ. Δ/ση: Αριστοτέλους 19
 Ταχ. Κώδικας: 101 87
 Πληροφορίες : Ο. Παντελά
 Ν. Παπανικολάου
 Τηλέφωνο: 2132161325
 2132161793
 FAX: 2105237384
 e-mail: ddy@moh.gov.gr

Αθήνα 02 / 06 / 2016
Αριθ. Πρωτ. Γ1α/Γ.Π. οικ. 40228

ΠΡΟΣ: Όπως Π. Δ.

ΘΕΜΑ: «Πρόληψη των επιπτώσεων από την εμφάνιση υψηλών θερμοκρασιών και καύσωνα».

Για τα δεδομένα των κλιματολογικών συνθηκών της χώρας μας, ο καύσωνα αποτελεί εποχιακό φαινόμενο που παρατηρείται κατά τους θερινούς μήνες. Το φαινόμενο αυτό γίνεται πιο έντονο στις πόλεις. Οι δημόσιες υπηρεσίες της χώρας θα πρέπει να είναι σε θέση να αντιμετωπίσουν τις επιπτώσεις στην υγεία των πολιτών, από την εμφάνιση υψηλών θερμοκρασιών και καύσωνα.

Στο πλαίσιο αυτό σας αποστέλλουμε οδηγίες για τα μέτρα προφύλαξης.

Προληπτικά μέτρα αντιμετώπισης παθολογικών καταστάσεων από υψηλές θερμοκρασίες.

Όταν η θερμοκρασία του περιβάλλοντος ξεπεράσει ορισμένα όρια ανεκτά από τον ανθρώπινο οργανισμό σε συνέργια με ορισμένους άλλους παράγοντες (υγρασία, άπνοια κ.λ.π.), δημιουργούνται παθολογικές καταστάσεις ποικίλου βαθμού βαρύτητας, που μπορούν να οδηγήσουν σε κωματώδη κατάσταση αλλά και στο θάνατο. Τα αρχικά συμπτώματα μπορεί να είναι: δυνατός πονοκέφαλος, ατονία, αίσθημα καταβολής, τάση για λιποθυμία, πτώση της αρτηριακής πίεσης, ναυτία, έμετοι και ταχυπαλμία. Το σύνδρομο της **θερμοπληξίας**, εκδηλώνεται με: αυξημένη θερμοκρασία του σώματος, σπασμούς, εμέτους, διάρροια, διαταραχή της πηκτικότητας του αίματος, απουσία εφίδρωσης. Μπορεί ακόμη να επέλθει έμφραγμα του μυοκαρδίου. Επακολουθεί κωματώδης κατάσταση και θάνατος.

Η θεραπεία των ατόμων που παρουσιάζουν τα παραπάνω συμπτώματα όταν η θερμοκρασία του περιβάλλοντος είναι υψηλή, πρέπει να γίνεται κατά προτίμηση σε νοσηλευτικά ιδρύματα, αλλά ως **πρώτες βοήθειες** μέχρι τη διακομιδή τους σε αυτά, θα πρέπει να εφαρμοστούν άμεσα μέτρα ελάττωσης της θερμοκρασίας του

σώματος: πλήρης έκδυση από τα ρούχα, τοποθέτηση παγοκύστεων ή κρύων επιθεμάτων στον τράχηλο, τις μασχάλες και τη βουβωνική περιοχή, εμβάπτιση σε μπανιέρα με κρύο νερό κ.λ.π.

Τα μέτρα για την **πρόληψη** της εμφάνισης συμπτωμάτων κατά τον καύσωνα είναι τα εξής:

1. Αποφυγή έκθεσης στο ηλιακό φως. Αναζήτηση σκιερών και δροσερών σημείων. Προτίμηση στα ανοικτόχρωμα και ελαφρά ρούχα με ανοικτό λαιμό, κάλυψη κεφαλής (χρησιμοποίηση καπέλου, ομπρέλας κ. λ. π.).
2. Αποφυγή βαριάς σωματικής εργασίας, ιδιαίτερα σε μέρη που συνυπάρχουν υψηλή θερμοκρασία με υγρασία, καθώς και κάτω από τον ήλιο.
3. Ιδιαίτερη προσοχή στη διατροφή, όπως:
 - Πρόσληψη άφθονων υγρών, κατά προτίμηση νερού και φυσικών χυμών.
 - Αποφυγή των οιοπνευματωδών ποτών.
 - Ολιγοθερμιδική δίαιτα, που θα περιλαμβάνει κυρίως λαχανικά και φρούτα πάσης φύσεως, με περιορισμό των λιπαρών.
4. Συχνά λουτρά με καταιωνιστήρες (ντους).
5. **Τα βρέφη και τα παιδιά** να ντύνονται όσο γίνεται πιο ελαφρά. **Ειδικά για τα βρέφη** είναι προτιμότερο τα χέρια και τα πόδια τους να είναι ελεύθερα και να μην τυλίγονται σε πάνες. Όταν κάνει ζέστη να προσφέρονται συχνά εκτός από το γάλα (μητρικό ή άλλο) και υγρά όπως νερό κ. λ. π.
6. Περισσότερη προσοχή να δοθεί στις καλούμενες **ομάδες υψηλού κινδύνου του καύσωνα**, που είναι:
 - Όλα τα άτομα ηλικίας άνω των 65 ετών
 - Όλα τα άτομα που πάσχουν από χρόνια νοσήματα, όπως καρδιοπάθειες, νεφροπάθειες, πνευμονοπάθειες, ηπατοπάθειες, σακχαρώδη διαβήτη κ.λ.π.
 - Όλα τα άτομα που για καθαρά ιατρικούς λόγους παίρνουν φάρμακα για τα χρόνια νοσήματά τους, όπως π.χ. τα διουρητικά, τα αντιχολινεργικά, τα ψυχοφάρμακα, τα ορμονούχα (συμπεριλαμβανομένης της ινσουλίνης και των αντιδιαβητικών δισκίων). Ιδιαίτερα κατά την περίοδο των υψηλών θερμοκρασιών περιβάλλοντος **θα πρέπει να συμβουλευονται το γιατρό τους για την ενδεχόμενη τροποποίηση της δοσολογίας.**
7. **Οι χώροι εργασίας** πρέπει να διαθέτουν κλιματιστικά μηχανήματα ή απλούς ανεμιστήρες, κατά προτίμηση οροφής. Το ίδιο ισχύει και για τα ιδρύματα, που περιθάλπουν νεογνά, βρέφη, παιδιά, ηλικιωμένους και άτομα με ειδικές ανάγκες.
8. **Τα μέσα μαζικής μεταφοράς** πρέπει να φροντίζουν για την καλή λειτουργία του κλιματισμού τους, για την καλύτερη εξυπηρέτηση του κοινού.

Ιδιαίτερη βαρύτητα θα πρέπει να δίδεται όταν οι υψηλές θερμοκρασίες συνδυάζονται και με φαινόμενα αυξημένων επιπέδων **ατμοσφαιρικής ρύπανσης**. Συγκεκριμένα:

- Σε περίπτωση υπέρβασης ορίων του **όζοντος στον ατμοσφαιρικό αέρα**, το Υπουργείο Υγείας έχει εκδώσει σχετικές οδηγίες για την ενημέρωση του κοινού με μέτρα προφύλαξης ειδικά των ευπαθών πληθυσμιακών ομάδων, οι οποίες έχουν ως εξής:
«Άτομα με αναπνευστικές και καρδιαγγειακές παθήσεις και γενικότερα άτομα ευαίσθητα στην ατμοσφαιρική ρύπανση συνίσταται να παραμένουν σε εσωτερικούς χώρους και να αποφεύγουν την κυκλοφορία στο εξωτερικό περιβάλλον. Επίσης, συνίσταται στα παραπάνω άτομα, καθώς και τα παιδιά να αποφεύγουν την έντονη σωματική άσκηση, η οποία μπορεί να προκαλέσει ερεθισμό της αναπνευστικής οδού και να οδηγήσει σε αναπνευστικά προβλήματα».
- Επίσης, για την προστασία της δημόσιας υγείας από **αιωρούμενα σωματίδια (Α.Σ.10)**, το Υπουργείο Υγείας έχει εκδώσει την ΔΥΓ2/Γ.Π.οικ.3191/14.1.14 (ΑΔΑ: ΒΙΨΠΘ-ΩΣ1) εγκύκλιο με συστάσεις προς το κοινό, οι οποίες σε περίπτωση υπέρβασης ανάλογα με τις συγκεντρώσεις αιωρούμενων σωματιδίων αναρτώνται στον ιστότοπο του Υπουργείου (<http://www.moh.gov.gr/articles/news/3005-systaseis-gia-thn-atmosfairikh-rypansh>).

Επισημαίνεται ότι και οι Δήμοι πρέπει να συμμετάσχουν στη συνολική προσπάθεια, μεριμνώντας εγκαίρως για την οργάνωση και διάθεση δροσερών και κλιματιζόμενων χώρων για το κοινό και γενικότερα να συνεργαστούν με τις Υπηρεσίες των Περιφερειακών Ενοτήτων για την ενημέρωση του κοινού και για τη λήψη των αναγκαίων μέτρων.

Δεν θα πρέπει να παραληφθεί ο σημαντικός ρόλος των Μ. Μ. Ε. της χώρας και της συνεργασίας μαζί τους, ώστε να επιτευχθεί μια ευρεία διάδοση των απαραίτητων μέτρων προστασίας.

Οι αρμόδιες υπηρεσίες θα πρέπει να εξετάσουν το ενδεχόμενο, εφόσον κριθεί αναγκαίο, εκτάκτων μεταβολών στα ωράρια λειτουργίας των διαφόρων υπηρεσιών του δημοσίου και ιδιωτικού τομέα, με έμφαση στον περιορισμό της μετακίνησης μεγάλου αριθμού ατόμων κατά τις θερμότερες ώρες.

Τέλος, επισημαίνεται ότι Ενημερωτικό υλικό σχετικό με «Προστατευτικά μέτρα για τον καύσωνα» της Δ/σης Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας και Πρόληψης, Τμήμα Αγωγής Υγείας, είναι αναρτημένο στη ιστοσελίδα του Υπουργείου Υγείας <http://www.moh.gov.gr/articles/health/agogi-ygeias/596-prostatetytika-metra-gia-ton-kayswna>.

Ο ΓΕΝ. ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

Ι. ΜΠΑΣΚΟΖΟΣ

ΠΙΝΑΚΑΣ ΔΙΑΝΟΜΗΣ

1. Όλα τα Υπουργεία

Γραφεία κ.κ. Υπουργών (με την παράκληση να ενημερώσουν όλες τις υπηρεσίες και φορείς αρμοδιότητάς τους)