



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

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΥ &  
ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΥ ΕΠΙΘΕΩΡΗΣΗΣ  
ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ & ΥΓΕΙΑΣ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ

Ταχ. Δ/ση: Αγησιλάου 10 Αθήνα  
Τ.Κ.: 104 37  
Πληροφορ.: Κεραμάρης Ι.  
Παπαντωνόπουλος Γ.  
Τηλ.: (210) 5289181, 246  
Fax: (210) 5231201  
e-mail: [kysepetye@ypakp.gr](mailto:kysepetye@ypakp.gr)

Αθήνα, 20-06-2017  
Αρ. Πρωτ.: 146507

Αποστολή με ηλεκτρονικό ταχυδρομείο

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

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

**Θέμα:** Πρόληψη της θερμικής καταπόνησης των εργαζομένων σε συνθήκες καύσωνα

**Σχετ:** α. Η με αρ. πρωτ. οικ. 20716/23.06.2015 εγκύκλιος του Σώματος Επιθεώρησης Εργασίας με ΑΔΑ: ΩΣ13465Θ1Ω-ΔΧΘ  
β. Η με αρ. πρωτ. Γ1α/Γ.Π. οικ.35136 /10.05.2017 εγκύκλιος του Υπουργείου Υγείας «Πρόληψη των επιπτώσεων από την εμφάνιση υψηλών θερμοκρασιών και καύσωνα»

Σας κοινοποιούμε, συνημμένα, την ανωτέρω εγκύκλιο του Υπουργείου Υγείας (β' σχετικό) και παρακαλούμε όπως, κατ' εφαρμογή της ανωτέρω α' αντίστοιχης παλαιότερης, λεπτομερούς εγκυκλίου του ΣΕΠΕ, εντάξετε στο πρόγραμμα δράσης σας ελέγχους εφαρμογής οργανωτικών και τεχνικών μέτρων εκ μέρους των επιχειρήσεων για την πρόληψη ή μείωση της θερμικής καταπόνησης των εργαζομένων τους κατά τις περιόδους της τρέχοντος θέρους, όπου θα επικρατήσουν υψηλές θερμοκρασίες σύμφωνα με τις προβλέψεις της ΕΜΥ και μάλιστα σε συνδυασμό με άπνοια ή υψηλή σχετική υγρασία.

Οι εν λόγω έλεγχοι να εστιαστούν σε υπαίθριες εργασίες, όπως οικοδομές - τεχνικά έργα και σε παραγωγικές δραστηριότητες συνυφασμένες με θερμό εσωτερικό εργασιακό περιβάλλον, τόσο του τομέα της μεταποίησης (π.χ. χυτήρια, μεταλλικές κατασκευές), όσο και του τριτογενή τομέα (π.χ. στεγνοκαθαριστήρια, πλυντήρια, ψητοπωλεία - μαγειρεία). Άμεση δε ανταπόκριση πρέπει να υπάρξει εκ μέρους σας σε σχετικές καταγγελίες, ιδιαίτερα αν αναφέρεται ή υπάρχουν υπόνοιες ότι εμπλέκονται στις καταγγελλόμενες εργασίες άτομα που εντάσσονται σε ομάδες υψηλού κινδύνου.

Μετά το πέρας της θερινής περιόδου και μέχρι την Παρασκευή 6 Οκτωβρίου 2017 παρακαλείσθε να αποστείλετε στην Υπηρεσία μας, συγκεντρωτικά ανά Δ/ση ΕΑΥΕ, στοιχεία ελεγκτικής δράσης των Υπηρεσιών σας - συγκεκριμένα δε αριθμό καταγγελιών που υποβλήθηκαν, ελέγχων / επανελέγχων που πραγματοποιήθηκαν και κυρώσεων που επιβλήθηκαν 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


**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](mailto:ddy@moh.gov.gr)

Αθήνα 10/ 05 / 2017  
 Αριθ. Πρωτ. Γ1α/Γ.Π. οικ.35136

**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 πήκτικότητας 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, εμφάπτιση σε μπανιέρα με κρύο νερό κ.λ.π.

Τα μέτρα για την **πρόληψη** της εμφάνισης συμπτωμάτων κατά τον καύσιωνα 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 καύσιωνα**, 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 συνιστάται να παραμένουν σε εσωτερικούς χώρους και να αποφεύγουν την κυκλοφορία στο εξωτερικό περιβάλλον. Επίσης, συνιστάται 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 με αρ. πρωτ. 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-prostataytika-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)