



Αθήνα, 09.07.2018

Αρ. Πρωτ.: 238723

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

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.: Καλπούζος Γ.  
Παπαντωνόπουλος Γ.  
Τηλ.: (210) 5289110, 186  
Fax: (210) 5231201  
e-mail: [kysepetye@ypakp.gr](mailto:kysepetye@ypakp.gr)

Κοιν: Α. ΥΠ.Ε.Κ.Α.Α.  
1. Γραφείο κ<sup>α</sup>ς Υπουργού  
2. Γραφείο κ. Γεν. Γραμματέα  
3. Δ/νση Υγείας & Ασφάλειας  
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 με ΑΔΑ: ΩΣ13465Θ1Ω-ΔΧΘ  
β. Η με αρ. πρωτ. Δ1α/Γ.Π. οικ. 43354/06.06.2018 εγκύκλιος του Υπουργείου Υγείας «Πρόληψη των επιπτώσεων από την εμφάνιση υψηλών θερμοκρασιών και καύσωνα»

Σας κοινοποιούμε συνημμένα, προς ενημέρωσή σας, την ανωτέρω εγκύκλιο του Υπουργείου Υγείας (β' σχετικό) και παρακαλούμε όπως, κατ' εφαρμογή της ανωτέρω α' αντίστοιχης παλαιότερης εγκυκλίου του ΣΕΠΕ, εντάξετε στο πρόγραμμα δράσης σας ελέγχους σε επιχειρήσεις και εκμεταλλεύσεις για τη διαπίστωση της λήψης ή μη οργανωτικών και τεχνικών μέτρων πρόληψης ή μείωσης της θερμικής καταπόνησης των εργαζομένων κατά την περίοδο του τρέχοντος θέρους, προπάντων στις περιπτώσεις έκδοσης έκτακτων δελτίων επικίνδυνων καιρικών φαινομένων της ΕΜΥ για επερχόμενο καύσωνα.

Οι ανωτέρω έλεγχοι να εστιαστούν σε υπαίθριες εργασίες όπως τα οικοδομικά και τεχνικά έργα, καθώς και σε δραστηριότητες συνυφασμένες με έκλυση θερμότητας στο εργασιακό περιβάλλον λόγω της παραγωγικής διαδικασίας - τόσο του τομέα της μεταποίησης (π.χ. κυτήρια, μεταλλικές κατασκευές), όσο και του τριτογενή τομέα (π.χ. στεγνοκαθαριστήρια, πλυντήρια, ψητοπωλεία - μαγειρεία).

Άμεση ανταπόκριση πρέπει να υπάρχει όταν καταγγέλλονται δυσμενείς από απόψεως θερμικής άνεσης συνθήκες εργασίας, ιδιαίτερα αν γίνεται αναφορά για εκτεθειμένους εργαζόμενους που εντάσσονται σε ομάδες υψηλού κινδύνου.

Μετά το πέρας της θερινής περιόδου και μέχρι την Παρασκευή 12 Οκτωβρίου 2018 παρακαλείσθε να αποστείλετε στην Υπηρεσία μας, συγκεντρωτικά ανά Δ/νση ΕΑΥΕ, στοιχεία ελεγκτικής δράσης των Υπηρεσιών σας και συγκεκριμένα τον αριθμό των καταγγελιών που υποβλήθηκαν, των ελέγχων που πραγματοποιήθηκαν και των κυρώσεων που επιβλήθηκαν ανά κλάδο οικονομικής δραστηριότητας.

**Συνημμένα:** 1 (4 σελίδες)

Εσωτ. Διανομή:

1. Γραφείο Ειδικού Γραμματέα
2. ΔΠΣ-ΕΕΣ
3. Δ/νση Υποστήριξης ΣΕΠΕ
4. Ειδικό Επιθεωρητές ΣΕΠΕ
5. Κ.Φ.

Ο ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ



ΑΚΡΙΒΕΣ ΑΝΤΙΓΡΑΦΟ

ΣΑΜΙΤΑ ΜΑΡΙΑ - ΙΩΑΝΝΑ

ΤΣΑΡΑΚΛΗΣ ΖΑΧΑΡΙΑΣ



## ΑΝΑΡΤΗΤΕΟ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
 ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ  
 ΓΕΝΙΚΗ Δ/ΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ  
 & ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΖΩΗΣ  
 Δ/ΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ  
 ΤΜΗΜΑ: Α΄ & Δ΄  
 Ταχ. Δ/ση: Αριστοτέλους 19  
 Ταχ. Κώδικας: 101 87  
 Πληροφορίες : Ο. Παντελά  
 Φ. Γεωργίου  
 Τηλέφωνο: 2132161325  
 2132161357  
 FAX: 2132161907  
 e-mail: [ddy@moh.gov.gr](mailto:ddy@moh.gov.gr)

Αθήνα 06 / 06 / 2018  
 Αριθ. Πρωτ. Δ1α/Γ.Π. οικ. 43354

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, 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 ανοιχτόχρωμα 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 οινοπνευματωδών ποτών.
  - Ολιγοθερμιδική διαίτα, 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 συμβουλευόμαστε το γιατρό τους για την ενδεχόμενη τροποποίηση της δόσολογίας.**
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/νσης 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-prostateytika-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)
- 2. Όλες τις Υ. ΠΕ. της χώρας**  
Υπόψη κ.κ. Διοικητών  
( με την παράκληση να ενημερώσουν τα νοσοκομεία και τους υγειονομικούς σχηματισμούς ευθύνης τους).
- 3. Περιφέρειες της χώρας**
  - α. Γρ. Περιφερειάρχων**
  - β. Γενικές Δ/νσεις Δημόσιας Υγείας και Κοινωνικής Μέριμνας** (με την παράκληση να ενημερώσουν όλες τις Δ/νσεις Δημ. Υγείας και Κοινωνικής Μέριμνας των Περιφερειακών Ενοτήτων ευθύνης τους, οι οποίες με τη σειρά τους να προβούν στις δικές τους ενέργειες )
- 4. Όλες τις αποκεντρωμένες Διοικήσεις** (με την παράκληση να ενημερωθούν όλοι οι Δήμοι αρμοδιότητάς τους)
- 5. ΕΚΕΠΥ**  
Υπόψη Διοικητή  
Μακεδονίας 8  
Τ.Κ. 10433, Αθήνα
- 6. Π. Ι. Σ.** (με την παράκληση να ενημερώσει όλα τα μέλη του)  
Πλουτάρχου 3, Τ.Κ. 106 75 Αθήνα
- 7. Ε. Κ. Α. Β.,**  
Λ. Μεσογείων 154, Τ. Κ. 156 69 Αθήνα