한랭질환 예방수칙

작업 중 한랭질환 예방을 위한 기본수칙 3!

옷/물/휴식

따뜻한 옷(방한장구)

- 3겹 이상의 옷 입기
- 방수기능의 보온장갑, 신발 착용하기
- 여분의 옷 준비하기

따뜻한 물

- 작업장 근처에 따뜻한 물 제공하기
- 옥외작업 시엔 보온병 사용하기
- 열손실을 촉진하는 알코올, 카페인 피하기

따뜻한 장소(휴식)

- 따뜻한 장소 마련하기
  (난로설치시 화재 주의)
- 적당한 휴식 시간 가지기

※이렇게 대처하세요

대설·폭설 특보 발령 시 행동요령

자료제공: 해양수산부

가정에서는?

- 내 집 앞, 내 점포 앞 쌓인 눈 치우기
- 주변 빙판길에 염화칼슘, 모래 등을 뿌려 미끄럼 방지하기
- 붕괴 방지를 위해 지붕 및 옥상 위 눈 치우기
- 어린이와 노약자는 외출 자제하기

차량 운전 시에는?

- 대중교통 이용하기
- 고속도로보다 국도 이용하기
- 체인, 모래주머니, 삽 등의 안전 장구 휴대하기
- 서행 운전하기
- 브레이크 사용 자제하기

외출 시에는?

- 바닥이 넓은 운동화나 등산화 착용하기
- 주머니에 손 넣고 걷지 않기
- 걷는 중에는 휴대전화 사용 자제하기
- 계단 이용시 난간 잡기
- 횡단보도에서 차량 전지 확인 후 이동하기

해안지역에서는?

- 각종 선박들을 대피하고 입출항 통제하기
- 해안가 접근 금지
- 해안도로 운행 자제하기
- TV와 라디오 등을 통한 기상상황 수시로 확인하기
- 중·양식시설은 어류 동사 방지를 위해 보온 조치하기

농촌지역에서는?

- 붕괴가 우려되는 시설들은 받침대로 보강하기
- 하우스에 설치된 차광막은 사전에 제거하기
- 빈 비닐하우스는 비닐을 걷어내어 하우스 보호하기
- 고립지역에서는 비상연락체계 유지하기