

В связи с установившимися низкими температурами в регионе, Управление Роспотребнадзора по Республике Алтай обращает внимание работодателей: несмотря на то, что прямого запрета на работу на улице при низкой температуре наружного воздуха санитарное законодательство не содержит, работодателю необходимо принять меры к защите работников от охлаждения.

Согласно СанПиН 1.2.3685-21, в целях профилактики неблагоприятного воздействия микроклимата должны быть реализованы защитные мероприятия, направленные на нормализацию теплового состояния организма работающего (спецодежда, средства индивидуальной защиты, помещения для отдыха с нормируемыми показателями микроклимата, регламентация времени непрерывного пребывания в неблагоприятном микроклимате).

Работающих на открытой территории в холодный период года надлежит обеспечить комплектом средств индивидуальной защиты (СИЗ) от холода с учетом климатического региона (пояса), в том числе перчатками, обувью, головными уборами.

В целях нормализации теплового состояния работников следует оборудовать помещение для обогрева, в котором температура воздуха должна поддерживаться на уровне 21-25 °С, также в данном помещении должны быть устройства, температура которых не должна быть выше 40 °С, для обогрева кистей и стоп.

При разработке внутрисменного режима работы регламентируется время непрерывного пребывания на холоде и время обогрева.

Согласно методическим рекомендациям МР 2.2.7.2129-06, основными условиями, определяющими продолжительность работы в холодный период года на открытой территории, являются климатический пояс, категория выполняемых работ по величине энергозатрат, температура воздуха и скорость ветра, использование средств индивидуальной защиты, наличие помещений для обогрева, а также наличие регламентированных перерывов на обогрев.

Согласно приложения № 13 Р 2.2.2006-05 Республика Алтай отнесена к III климатическому поясу (II климатическому региону). Допустимая продолжительность работы в III климатическом поясе определяется по таблице 4 МР 2.2.7.2129-06.

Отметим, что продолжительность первого периода отдыха допускается ограничить 10 минутами, продолжительность каждого последующего следует увеличивать на 5 минут.

Перерыв не может длиться менее 10 минут, во время перерыва находиться на холоде при температуре ниже  $-10^{\circ}\text{C}$  можно не более 5 минут.

Лиц, приступающих к работе на холоде, следует проинформировать о его влиянии на организм и мерах по предупреждению охлаждения.



**РОСПОТРЕБНАДЗОР**

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43



Подробнее на [www.rospotrebnadzor.ru](http://www.rospotrebnadzor.ru)

## ОБМОРОЖЕНИЕ. ПРОФИЛАКТИКА

Обморожение – это повреждение тканей организма человека под воздействием низких температур. Чаще всего страдают – щеки, нос, уши, подбородок, пальцы рук и ног. Наибольшему риску подвержены дети, пожилые и люди в состоянии алкогольного опьянения. Признаки обморожения – покраснение пораженного участка кожи, чувствительность к холоду.

### КАК ИЗБЕЖАТЬ ОБМОРОЖЕНИЙ

- Старайтесь одеваться по погоде
- Используйте принцип многослойности в одежде:
- Нижний слой должен хорошо отводить влагу, подойдет одежда из полиэстера, полипропилена, но не из хлопка
- Средний слой должен хорошо сохранять тепло, подойдет одежда из шерсти или флиса
- Верхний слой должен хорошо защищать от ветра и осадков (дождя, снега)
- Головной убор (шапка) должен хорошо закрывать уши
- Используйте шарф, перчатки (варежки), теплую, водонепроницаемую обувь

### КАК ПОМОЧЬ

- Согреть пораженный участок
- 20-30 минут
- Помогите пострадавшему
- но не растирайте
- Если пострадавший
- тела - не раздевайте
- подмороженные

### ЧТО НЕЛЬЗЯ ДЕЛАТЬ

- Растирать пораженный участок
- Массажировать
- Греть пораженный участок

Будьте внимательны к своему здоровью!

Если вы сильно замерзли, кожа твердеет, покрывается волдырями, необратимо повреждаются ткани.