

# 提前规划并做好准备

向所有工人提供有关热病的培训。  
制定紧急计划。



# 在高温下安全工作

室内和户外工作人员有患热病的风险。



## 热病是可以预防的



喝凉水



休息



寻找阴凉处



可能的情况下穿  
浅色、宽松的衣服



互相监测



有些设备可能会增加  
您对高温的暴露

了解更多信息：

**1-800-321-OSHA (6742)**

**TTY 1-877-889-5627**

[www.osha.gov/heat](http://www.osha.gov/heat)

联邦法律赋予工人在安全工作场所工作的权利。工人对危险有权发言，而不必担心遭到报复。访问 [www.osha.gov/workers](http://www.osha.gov/workers)，了解如何向 OSHA 提交保密投诉，并要求检查。

1-800-321-OSHA (6742) | TTY 1-877-889-5627

[www.osha.gov/heat](http://www.osha.gov/heat)

## 如果工人发生：



头痛或恶心



虚弱或头晕



大量出汗



皮肤干热  
体温高



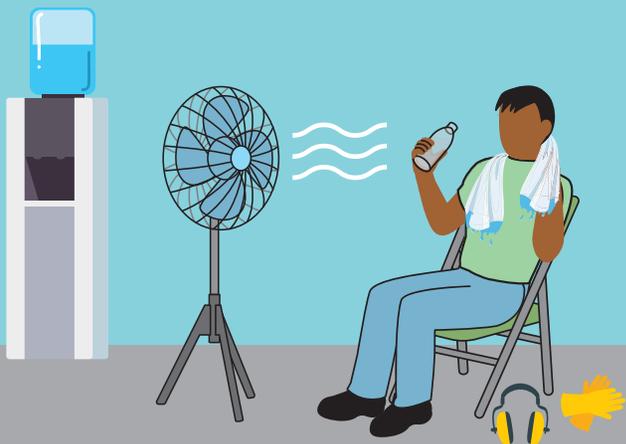
口渴



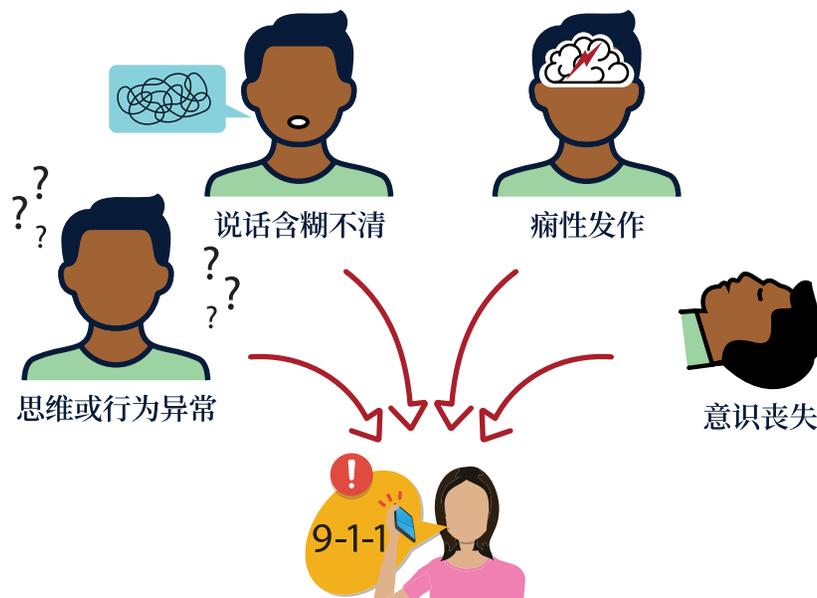
尿量减少

## 采取以下措施：

- 喝水
- 脱掉不必要的衣服
- 转移到凉爽的地方并使用风扇（如有）
- 用水和冰冷却
- 不要让患者独处
- 如果有疑问，请拨打 911



## 医疗紧急情况的体征



1. 立即拨打 911
2. 立即用水或冰为工人降温
3. 脱掉不必要的衣服并喝凉水
4. 留在工人身边，直到救援人员抵达

