

# 폭염으로 인한 온열질환과 응급처치

## ! 온열질환 증상

분류	주요 증상
열탈진 (일사병)	<ul style="list-style-type: none"> <li>체온은 정상, 혹은 상승(<math>\leq 40^{\circ}\text{C}</math>)</li> <li>땀을 많이 흘림(과도한 발한)</li> <li>창백함, 근육경련</li> <li>오심 또는 구토</li> <li>극심한 무력감과 피로</li> </ul>
열사병	<ul style="list-style-type: none"> <li>중추신경 기능장애(의식장애 / 혼수상태)</li> <li>땀이 나지 않아 건조하고 뜨거운 피부(<math>\geq 40^{\circ}\text{C}</math>)</li> <li>심한 두통 / 오한</li> <li>빈맥, 빈호흡, 저혈압</li> </ul>
열경련	<ul style="list-style-type: none"> <li>근육경련(어깨, 팔, 다리, 복부, 손가락)</li> </ul>
열실신	<ul style="list-style-type: none"> <li>실신(일시적 의식소실)</li> <li>어지러움증</li> </ul>
열부종	<ul style="list-style-type: none"> <li>손, 발이나 발목의 부종</li> </ul>

## ! 온열질환 응급처치

**주요 증상**

- + 고열
- + 축축하고 땀이 많이 나거나 건조하고 뜨거운 피부
- + 빠른 맥박과 호흡
- + 두통
- + 피로감과 근육경련

의식이 있는 경우

시원한 장소로 이동

옷은 헐렁하게 몸은 시원하게

시원한 수분섭취

(개선되지 않은 경우)  
119 구급대 요청

고온 손상 시  
응급처치방법

의식이 없는 경우

119 구급대 요청

시원한 장소로 이동

옷은 헐렁하게 몸은 시원하게

병원으로 후송

» 의식이 없을 때 음료를 마시게 하면 질식위험이 있으니 주의 필요  
※ 출처 : 질병관리청

# 여름철 폭염

여름철에는 기온, 폭염특보 등을  
매일 확인하세요!

시원하게 지내기

- 샤워 자주 하기
- 헐렁하고 밝은 색깔의 바람이 잘 통하는 옷 입기
- 외출시 햇볕 차단하기 (양산, 모자, 자외선차단제 등)
- 농작업장 근처에 그늘막이나 차양막 설치 하기

물 자주 마시기

- 갈증을 느끼지 않도록 규칙적으로 물 자주 마시기
- \* 신장질환자는 의사와 상담 후 섭취

더운 시간대에는 휴식하기

- 무더운 시간대(12~17시) 휴식을 부여하여 야외작업 최소화(작업 시간대 조정 및 작업강도 및 속도 등 업무량 조정), 시원한 곳에 휴식하기
- \* 폭염특보시에는 더워지기 시작하는 10시부터 온열질환 발생에 유의하기

※ 갑자기 날씨가 더워질 경우, 자신의 건강상태를 살피며 활동 강도를 조절해야 함

내가 사는 곳  
기상정보를 알아보려면?

“국번없이 131 기상콜센터” ☎

농업인 안전정보는 농업인안전365  
<http://farmer.rda.go.kr>

농업인 안전 365

여름철 농업인  
온열질환

예방 관리

35°C

# 농업인 온열질환 이란?

❗ 고온에 장시간 노출될 경우 발생하는 질환입니다.

온열질환은 **두통, 어지럼, 근육경련, 피로감, 의식저하** 등의 증상이 나타납니다.

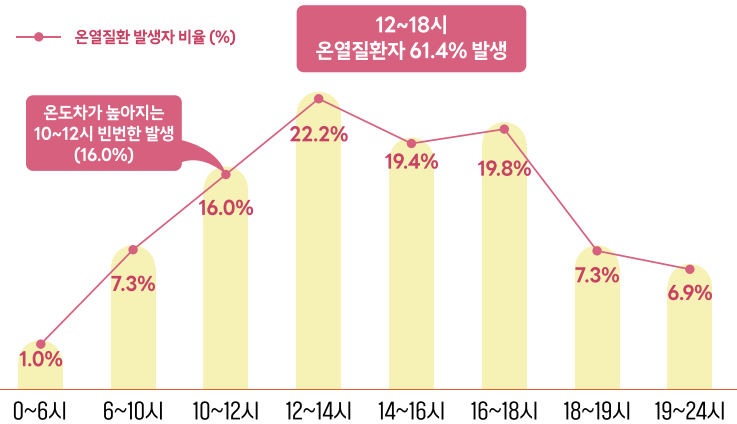


지난 3년간 온열질환자는 연평균 1,339명으로 매년 증가하고 있으며,

▶ 이중 논/밭과 비닐하우스에서 연평균 16.3%(218명) 발생

## ❗ 2022년 농업분야 온열질환자 현황

- (성별) '남성' 64.9% > '여성' 35.1%
- (연령) '70대' 24.7% > '80대 이상' · '60대' 각각 20.8% > '50대' 17.0% 등
- (장소) '논·밭' 80% > '비닐하우스' 7.6% > '실외 작업장' 5.2% 등
- (월별) '7월' 52.4% > '8월' 24.7% > '6월' 16.0% 등



\* 분석단위(농업분야, 288명) 통계: 직업(농림어업)+발생장소(논밭, 비닐하우스)

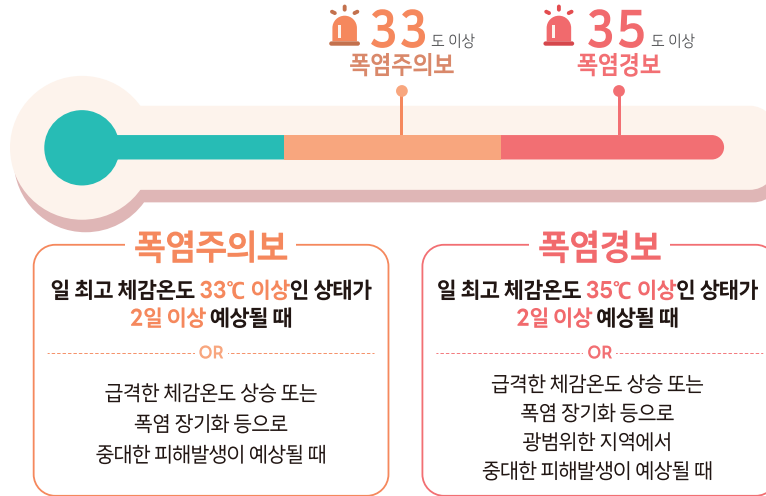
※ 출처: '2022년 5월 20일~9월 30일, 온열질환 감시체계, 질병관리청

# 폭염특보란?



"폭염 특보는 기상청에서 일최고 체감 온도에 따라 폭염주의보·경보로 발령"

## ❗ 체감온도 기반 폭염특보 발표 기준



※ 출처: 기상청, 누리집

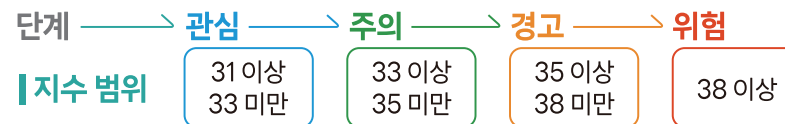
## ❗ 폭염 특보 기준은?

습도와 사람이 실제로 느끼는 더위를 나타내는 **체감온도** 기반



\*체감온도: 습도나 바람에 따라 사람이 느끼는 더위나 추위를 나타낸 것  
폭염특보의 체감온도는 (여름철/5~9월) 습도 고려

## ❗ 「농촌」·「비닐하우스」에서 체감온도 단계는?

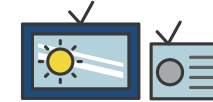


단계	대응요령
위험	온열질환 발생 가능성이 매우 높으니 한낮에는 모든 작업을 멈추고 충분히 쉬기
경고	온열질환에 걸리기 쉬우니 아침·저녁에만 일하고, 충분한 휴식 취하기
주의	온열질환에 걸리기 쉬우니 수시로 수분 섭취, 장시간 농작업·나홀로작업 자제
관심	온열질환에 대비하여 통기성이 좋은 작업복 착용, 수분 섭취, 그늘에서 쉬기

\* 일별 체감온도는 기상청 날씨누리([www.weather.go.kr](http://www.weather.go.kr)) 생활기상정보에서 확인

# 폭염시 어떻게 일해야 하나요?

## ❗ 농작업 전 준비 사항



- TV, 라디오 등을 통해 무더위와 관련한 기상 상황 수시로 확인



- 챙이 넓은 모자 착용하고 선크림 등 자외선 차단제를 발라 피부 보호



- 나홀로 작업은 최대한 피하고, 2인 1조로 움직이기

## ❗ 농작업 중 준수 사항

	논/밭 등 실외 작업장	비닐하우스 등 실내 작업장	
그늘	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 소음·낙하물·농기계 등의 위험이 없는 안전한 그늘진 장소(휴식 공간)를 마련</li> <li>· 그늘막이나 차양막은 직사광선을 차단하고 통풍이 되어야 함</li> <li>· 작업자를 충분히 수용하고 의자나 돗자리, 음료수대 등 비품을 비치</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 상시 작업 장소에 관리온도 범위를 정하여 유지되도록 아래조치 이행               <ol style="list-style-type: none"> <li>① 작업자가 일하는 장소에 온·습도계 비치 및 확인</li> <li>② 더운 공기가 정체되지 않도록 국소냉방장치* 설치 또는 주기적인 환기 조치</li> </ol> </li> <li>* 공기순환장치, 선풍기, 냉풍기, 이동식 에어컨 등</li> <li>③ 야간작업을 하는 경우에도 실내 온도 관리</li> </ul>	바람
물	· 시원하고 깨끗한 물 제공 / 작업 중 규칙적으로 물 섭취		물
휴식	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 폭염특보(주의보, 경보) 발령시 1시간 주기로 10~15분 이상 규칙적으로 휴식 부여</li> <li>· 무더운 시간대(12~17시) 휴식을 부여하여 야외작업 최소화               <ol style="list-style-type: none"> <li>① 작업 시간대 조정</li> <li>② 작업강도 및 속도 등 업무량 조정</li> <li>③ 작업자 건강 상태 확인</li> </ol> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>※ 무더운 시기에는 잠깐의 휴식이 중요하며, 짧은 휴식으로도 작업 효율성이 증대 될 수 있습니다.</li> </ul>	휴식

※ 출처: 여름철 폭염으로 인한 온열질환 예방가이드, 고용노동부, 2023