

이 내용은 일본 『노동위생』지에 게재된 노동위생활동에 관한 Q & A를 번역한 것입니다. 산업보건관계자 여러분의 업무에 도움이 되었으면 합니다.



역 · 가톨릭대학교 의과대학  
이 광 목

## 여름철 산업위생상 주의할 점



여름철이 되면 방진 마스크의 끈을 매지않거나 보호모를 쓰지않는 근로자가 많아집니다. 보호구를 잘 착용하게할 방법이 없을까요? 현재 공장내가 냉방이 되어있지 않습니다. 시설도 고치고 교육도 하려고 하는데 좋은 방안을 알려주십시오.



우선 관리자인 본인이 근로자들과 같이 장시간 행동을 같이 하여 보는 것이 중요합니다. 고온하에서는 누구나가 보호구를 착용하고 싶지 않을 것입니다. 따라서 방진마스크를 착용하지않는 작업자에게 아무리 교육을 하고 지도하더라도 감독자가 없으면 곧 벗어버립니다.

작업자에게 보호구를 철저히 착용케하려면 “착용하라니까 착용한다”는 의식이 아니라 “자기 자신의 건강을 위하여 착용한다”는 의식이 필요합니다.

이를 실현하기 위해서 관리자가 할 일이 3가지 있습니다. 분진작업을 예를 들어 보겠습니다.

### 1. 왜 착용하여야 하는가 하는 “왜”를 알려주어야 한다.

왜 보호구를 착용하지 않으면 안되는지를 상대가 잘 이해할때까지 쉽게 설명하는 것입니다. 어려운 전문용어를 늘어놓지말고 진폐증의 사진을 보여주든가 하는 시각적 설명, 그리고 이 증상은 서서히 진행되며 예방이외에는 대책이 없고 치료가 불가하다는점 등을 강조할 필요가 있습니다.

“보호구의 착용이 왜 잘 안시켜지고 있는가”하는 과제를 갖고 소집단 단위로 검토회를 갖는 것도 효과가 있다고 봅니다.

### 2. 현장에 가서 관리자가 직접 확인한다.

이해하고 있는 것을 실천하고 있는지 확인하는 것이 중요합니다. 반드시 관리자 자신이 자기 눈으로 확인하십시오. 그리고 직접 말을 거는 겁니다. 그러면 작업자는 관리자를 보고 자기가 보호구를 착용하지 않았음을 느낄것입니다. 그리고 교육받은 일이 머리에 떠올릴 것입니다. 사람들은 교육받은 일을 깜빡 잊는 수가 많습니다. 반복해서 주의를 주면 습관화될 수 있습니다.

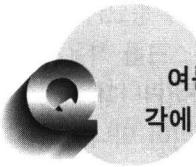
### 3. 보다 좋고 알맞는 보호구를 선택

작업자가 작업할 때 지장을 주지 않는 그리고 사용하기 간편한 보호구를 선택하는 것이

# Q&A

중요합니다. 보호구는 여러 가지 신제품이 나오고 있으므로 어떤 것이 좋다는 고정관념에서 벗어나 보호구를 실제로 시험적으로 사용해 봐 편한 것을 택하도록 하십시오. 또 보호구를 지급 할 때는 사람마다 얼굴의 형, 크기가 다르므로 작업자에 잘 맞는 것을 선택하도록 하여야 합니다.

여기까지 보호구의 착용을 철저히하는 면을 설명하였는데 쾌적한 작업환경의 실현을 위해서 설비개선이나 작업방법의 변경 등을 주안점으로한 계획안을 기획, 입안, 추진하는 일도 빠뜨려서는 안됩니다. 가장 중요한 것은 산업위생관리를 담당하는 관리자가 근로자를 직업성 질환으로부터 보호하여 주어야한다는 의식을 갖고 열심히 정렬을 쏟는 일이 해결방법입니다.



**여름철에 특히 주의를 요하는 산업위생상 과제는 어떤 것입니까? 옥내작업, 옥외작업 각각에 대해서 알았으면 합니다.**



여름 특유의 과제를 옥내작업과 옥외작업으로 분리 설명하겠습니다.

## 1. 옥내작업

### 1) 열중증

열중증 때문에 예전에는 제철 제강 회사 같은 곳에서는 물을 마시고 소금을 먹으면서 일하였습니다. 요즘 기계화·자동화되어 예전과 같은 고열작업은 많이 없어졌지만 아직 고열작업은 많다고 봅니다. 열중증은 전형적 증상을 가지고 4가지로 구분합니다.

#### ㄱ) 열허탈

순환장애를 주체로한 장애로 신체 권태와 더불어 탈력감, 어지러움증, 의식이 흐려지는 경우가 있습니다.

#### ㄴ) 열경련

땀을 많이 흘렸을 때 물만 섭취하여 혈중 염분이 급격히 저하되어 일어나는데 주증상은 근육 경련 발작과 근육통입니다.

ㄷ) 열피로

수분, 염분 두가지가 다 결핍되어 일어나며 어지러움, 사지의 감각이상, 보행곤란 등이 옵니다.

ㄹ) 열사병

체온조절중추의 실조로 초래되는 경우이며 두통, 어지러움증, 오심, 착란, 의식불명, 혼수에 이르기도 합니다.

“예방”

작업환경조건의 개선(열원차폐설비, 통풍 환기, 냉풍 송기)

작업부담의 감소(작업시간 및 휴식시간 조정)

개인대책(방열면, 방열복, 송기복의 지급과 냉수, 염분 보급)

작업자의 적정배치(순환기계 질환자, 당뇨병, 심폐기능 저하자 등)

## 2) 냉방병

냉방을 너무 심하게하여 자율신경계 조절이 잘 안되는 수가 있습니다. 증상으로는 두통, 권태감, 식욕부진 등이 나타납니다.

“예방”

적정 온도관리(바깥기온과의 차 : 5~7℃)

개인대책으로 피부노출부위를 줄인다.

## 2. 옥외작업

### 1) 자외선에 의한 장애

열중증 이외에 옥외에서는 자외선에 의한 장애가 올수 있습니다.

“예방”

설비대책으로는 햇빛차단 시설

개인대책으로는 피부노출부분을 줄인다.

이외에 더위를 요인으로하는 수면 부족, 집중력저하, 피로축적 등 개인적 건강상태에 대해 유의하는 것이 대책의 하나일 것입니다.