

# 关于印发新型冠状病毒肺炎疫情防控人员防暑降温工作指南的通知

联防联控机制综发〔2022〕59号

各省、自治区、直辖市及新疆生产建设兵团应对新型冠状病毒肺炎疫情防控联防联控机制（领导小组、指挥部）：

目前，全国各地陆续进入高温酷暑季节，为保护新型冠状病毒肺炎疫情防控人员的职业健康权益，防范高温中暑事件发生，根据国家有关规定及相关标准，我们组织制定了《新型冠状病毒肺炎疫情防控人员防暑降温工作指南》。现印发给你们，请参照执行。

国务院应对新型冠状病毒肺炎  
疫情联防联控机制综合组  
(代章)

2022年5月30日

(信息公开形式：主动公开)

# 新型冠状病毒肺炎疫情防控人员 防暑降温工作指南

目前,全国各地陆续进入高温酷暑季节,为做好新型冠状病毒肺炎疫情防控人员防暑降温劳动保护工作,切实保护劳动者职业健康权益,防范高温中暑事件发生,保障常态化疫情防控工作,根据国家有关规定及相关标准,制定本指南。

## 一、高温危害及临床表现

### (一) 高温危害。

高温危害主要是指高温作业或高温天气作业过程中高温对人体健康的危害。

高温作业是指在生产过程中,工作地点平均湿球黑球温度(WBGT)指数超过规定职业接触限值的作业(限值要求见附件)。

高温天气作业是指用人单位在高温天气期间安排劳动者在高温自然气象环境下进行的作业。高温天气是指地市级以上气象主管部门所属气象台站向公众发布的日最高气温 35℃ 以上的天气。

高温作业或高温天气作业时,人体可能出现一系列的生理功能改变,如体温调节、水盐代谢、消化、神经、泌尿和循环等系统的适应性反应,当这些变化超过一定限度时,则会带来不良影响,甚至引起机体的病变,严重者可能造成中暑,甚至危及生命。

随着高温季节的到来，许多疫情防控活动，如新型冠状病毒肺炎疫情的流行病学调查、环境及场所消毒、核酸采样、人员管控、患者及密接人员转运、污物处理等，需要在高温环境或高温天气下进行。疫情防控人员基于病源性病毒个体防护的需要，在职业活动中必须穿戴各类防护用品，不利于自身的散热和体温调节；在新型冠状病毒肺炎患者救治、疫情处置等高强度长时间作业时，大量出汗且不能及时补充水分导致脱水、电解质紊乱等，这些情况易导致中暑的发生。

## **(二) 临床表现。**

按照职业性中暑的诊断标准，高温危害造成的后果，在临床上主要表现为中暑先兆、中暑（热痉挛、热衰竭和热射病）。

1. 中暑先兆。在高温作业环境下工作一定时间后，出现头晕、头痛、乏力、口渴、多汗、心悸、注意力不集中、动作不协调等症状，体温正常或略有升高但低于 38.0℃，可伴有面色潮红、皮肤灼热等，短时间休息后症状即可消失。

2. 热痉挛。在高温作业环境下从事体力劳动或体力活动，大量出汗后出现短暂、间歇发作的肌痉挛，伴有收缩痛，多见于四肢肌肉、咀嚼肌及腹肌，尤以腓肠肌为著，呈对称性；体温一般正常。

3. 热衰竭。在高温作业环境下从事体力劳动或体力活动，出现以血容量不足为特征的一组临床综合征，如多汗、皮肤湿冷、面色苍白、恶心、头晕、心率明显增加、低血压、少尿，体温常升高但不超过 40℃，可伴有眩晕、晕厥，部分患者早期仅出现体温升高。实验室检查可见血细胞比容增高、高钠血症、氮质血症。

4. 热射病。在高温作业环境下从事体力劳动或体力活动，出现以体温明显增高及意识障碍为主的临床表现，表现为皮肤干热，无汗，体温高达 40℃ 及以上，谵妄、昏迷等；可伴有全身性癫痫样发作、横纹肌溶解、多器官功能障碍综合征。

## 二、切实落实防暑降温措施

### （一）合理安排工作岗位。

各级疫情防控组织部门应根据疫情防控人员的身体情况，合理安排疫情防控人员作业岗位。对于患有心、脑血管性疾病、慢性肾炎、呼吸系统、中枢神经系统疾病、未控制的内分泌疾病（如糖尿病、甲状腺功能亢进等）及其他身体状况不适合从事高温作业的人员，不应安排高温作业或高温天气作业。不得安排怀孕的疫情防控人员在 35℃ 以上高温天气期间从事室外露天作业及温度在 33℃ 以上的工作场所作业。对于身体不适宜继续从事高温作业或高温天气作业的疫情防控人员，应当及时调整作业岗位。

### （二）科学安排作业时间。

各级疫情防控组织部门应根据高温天气情况及时发布预警信息，合理安排核酸采样及疫苗接种时间，并加强高温工作场所中暑防控指导。高温天气时尽量避开日光强烈、气温较高的时段工作（如 11 时~15 时），选择早晚温度相对较低时段开展工作。加强高温工作场所、高温天气户外疫情防控人员轮换休息，降低劳动强度、缩短一次连续作业时间（高温环境下缩短到 2 小时以内）。

### （三）改善工作环境。

各级疫情防控组织部门应合理选择户外核酸检测等工作场所地点，高温工作场所或高温天气户外工作场所配备必要的通风或降温设备设施，如防晒遮阳棚、移动式送风风扇、喷雾风扇或固定式空气淋浴设备等。工作场所附近应设置休息室，休息室室内外温差不宜过大，并配备必需的防暑降温设施或用品。

#### **（四）加强高温作业个体防护。**

各级疫情防控组织部门可根据工作需要为疫情防控人员提供防护服内可穿戴的风冷马甲、散热背心等个人防护用品。疫情防控人员防护服内穿戴的衣物应尽可能宽松吸汗。

#### **（五）配备防暑饮料及急救物品。**

各级疫情防控组织部门应为疫情防控人员提供防暑降温饮品、食品，如糖盐水、盐茶水、含盐清凉饮料（含盐量 0.1%~0.2%、水温 8℃~12℃为宜）、绿豆汤等。高温工作场所或可能出现高温天气的作业现场，应配备急救药品和物品，如仁丹、十滴水、藿香正气水、清凉油、无极丹、避瘟散、生理盐水等防暑药品，以及冷水、冰块或化学冰袋、冰水毛巾等降温用品。

#### **（六）倡导疫情防控人员科学饮食。**

各级疫情防控组织部门应倡导疫情防控人员高温作业或高温天气作业期间科学饮食。减少高脂饮食，增加富含优质蛋白、维生素等的食品摄入，如蛋、奶、蔬菜和水果等，控制高糖、酒精饮料饮用和冰镇品食用。严禁空腹上岗，注意补充水盐，忌缺水作业，工作前适量补充水、盐及矿物质，以含盐凉白开水、盐茶水为宜。

### **（七）加强防暑降温宣传教育。**

各级疫情防控组织部门要加大对疫情防控人员高温作业或高温天气作业危害及其防护措施的宣传培训力度，普及防暑降温知识，指导疫情防控人员增强防范意识、掌握中暑防控措施和个体防护方法，提高中暑先兆识别、中暑现场自救互救的能力水平。

## **三、科学处置高温中暑**

各级疫情防控组织部门应制定疫情防控人员高温中暑应急预案，切实做好应急救援处置工作。

### **（一）中暑先兆的处置。**

疫情防控人员出现中暑先兆症状时，应立即停止工作，按防疫要求脱掉防护服，到阴凉通风处休息，补充含盐清凉饮料，并予以密切观察。

### **（二）中暑的处置。**

疫情防控人员出现中暑时，应立即祛除致热因素，快速有效降温，补充水盐，采取控制抽搐、保护气道通畅等对症处理措施，并做好转运准备。

1. 立即移离高温环境。迅速转移中暑人员至阴凉通风处，使其平卧，按防疫要求脱去防护用品及被汗水湿透的衣服。

2. 快速降温。采取水浴或冰水擦浴、电子冰毯、冰帽、冰袋降温、扇风加快蒸发、对流散热等措施，使中暑人员核心体温在 10min~40min 内迅速降至 39℃ 以下，2 小时降至 38.5℃ 以下，降至 38.5℃

以下后停止一切冷敷等强降温措施。降温同时最好持续进行肌肉按摩，促进循环。不提倡采取药物降温措施。

3. 补充水电解质。对仍有意识的中暑人员，可少量多次补充含盐清凉饮料、盐汽水等，但不可急于补充大量水分，否则会引起中暑人员恶心、呕吐和腹痛等。由于软饮料、含咖啡因饮品、含酒精饮品会影响水分的吸收，不建议用于快速补水。

4. 对症处理。用风油精或清凉油涂于中暑人员的头部太阳穴；病人清醒时可口服藿香正气水等药物。中暑人员若已失去知觉，可指掐人中、合谷等穴，使其苏醒；如中暑人员呼吸停止，应立即实施心肺复苏。一旦出现高热、昏迷抽搐等症状，应让病人侧卧，头向后仰，保持呼吸道通畅，同时立即拨打 120 紧急救治。

5. 快速转运。按照“先降温、后转运”的原则，当降温与转运矛盾时，降温第一、转运第二，转运途中持续降温，打开救护车空调或开窗等。

## 附件

### 工作场所湿球黑球温度（WBGT）指数职业接触限值 及体力劳动强度分级

表 1 工作场所不同体力劳动强度 WBGT 限值 (°C)

接触时间率	体力劳动强度			
	I	II	III	IV
100%	30	28	26	25
75%	31	29	28	26
50%	32	30	29	28
25%	33	32	31	30

注：1. 本地区室外通风设计温度 $\geq 30^{\circ}\text{C}$ 的地区，表中 WBGT 指数相应增加  $1^{\circ}\text{C}$ 。

2. 接触时间率：劳动者在一个工作日内，实际接触高温作业累计时间与 8 小时的比率。

表 2 常见职业体力劳动强度分级表

体力劳动强度分级	职业描述
I（轻劳动）	坐姿：手工作业或腿的轻度活动；立姿：操作仪器，控制、查看设备，上臂用力为主的装备工作。
II（中等劳动）	手和臂持续动作；臂和腿的工作；臂和躯干的工作（如：间断搬运中等重物等）。
III（重劳动）	臂和躯干负荷工作（如：搬运重物等）。
IV（极重劳动）	大强度的挖掘、搬运、快到极限节律的极强活动。

相关链接：《新型冠状病毒肺炎疫情防控人员防暑降温工作指南》解读