

폭염으로 인한 온열질환 예방

◆ 폭염 및 온열질환의 주요 위험성

여름철은 높은 기온과 습도로 인해 작업자의 체온조절 기능이 **저하**되어 온열질환 위험성이 높아질 수 있습니다.

● 온열질환이란

- 열사병 : 체온조절 중추가 기능을 잃어 40℃ 이상의 고열과 의식 장애가 발생하는 중증 질환
- 열탈진(일사병) : 과도한 땀 배출로 수분 및 염분이 부족해지며 두통, 무력감, 어지럼증 발생
- 열경련·열실신 : 땀 배출 후 근육 경련이 일어나거나, 뇌 혈류 감소로 일시적인 의식 상실 발생

● 온열질환 예방 3대 기본수칙 (산업안전보건기준에 관한 규칙)

- 물 : 작업 장소 근처에 깨끗하고 시원한 음용수(또는 식염수) 비치 및 주기적 섭취
 - 그늘·바람 : 햇볕을 가릴 수 있는 그늘진 장소 또는 바람이 통하는 시원한 휴게시설 제공
 - 휴식 : 폭염 특보 발령 시 매시간 정기적인 휴식시간 부여 및 폭염 피크시간대 작업 조정
- 중략

체감온도 상승으로 인한 체온 조절 장애, 탈수증 등이 작업자의 건강장해를 유발함
단순한 계절적 영향'보다는 '작업 환경 및 관리 체계'에 따라 온열질환 발생 조건이 형성됨

● 온열질환 예방 프로그램 운영

- 수립 대상 : 폭염 노출 옥외작업 및 고온 실내작업장을 보유한 모든 사업장

- 주요사항

- ① 체감온도 확인 및 단계별(관심·주의·경고·위험) 대응조치 이행
- ② 시원한 음용수, 휴게시설 설치 및 적정 휴식시간 부여
- ③ 온열질환 민감군(고령자, 기초질환자 등) 별도 지정 및 관리
- ④ 응급상황 발생 시 대응체계 구축 (119 신고, 시원한 곳 이동, 옷 풀어주기, 냉각 조치 등)

폭염으로 인한 온열질환 예방

◆ 건설현장에 첫 출근한 외국인 작업자가 온열질환으로 사망



● 사고 상황

2025년 7월, 첫 출근한 외국인 작업자가 작업 중 온열질환으로 숨졌으며, 당시 체온 40℃가 넘음

- 피해자 : 외국인 작업자 A씨
- 피해정도 : 열사병으로 1명 사망
- 장소 : 건설현장

● 원인 분석 및 개선 필요사항

- 야외온도에 따른 관리기준 미흡 : 체감온도에 따른 사업장 안전관리 수칙 수립
- 휴게시간 미부여 : 폭염특보인 경우 2시간마다 20분씩 휴게시간 부여
- 탈수 예방노력 미흡 : 작업 중 탈수를 예방하기 위해 수분을 지속적으로 공급하거나 휴식할 수 있도록 조치

폭염으로 인한 온열질환 예방

◆ 사고사례 : 하우스 내부에서 작업 도중 탈수로 쓰러짐



- 사고 상황

2025년 7월, 토마토 하우스 내부에서 작업하던 작업자가 탈수 증상으로 쓰러짐

 - 피해자 : 작업자 A씨
 - 피해정도 : 열탈진 증상 1명
 - 장소 : 토마토 하우스 내부
- 원인 분석 및 개선 필요사항
 - 온도에 따른 관리기준 미흡 : 절대온도가 아닌 체감온도를 기준으로 작업장 온·습도 관리
 - 탈수 예방노력 미흡 : 작업 중 지속적으로 체온을 내릴 수 있도록 쿨링제품 지급, 시원한 물 제공하는 등 지속적 노력 필요

폭염으로 인한 온열질환 예방

◆ 사고사례 : 실내 분류작업 도중 탈수로 쓰러짐



● 사고 상황

2023년 8월, 재활용을 위한 분리작업 도중 탈수 증상으로 쓰러짐. 사고 당시 민원으로 환기가 어려운 상황이었으며 실내온도가 매우 높고 안전모, 방진마스크, 보안경, 장갑 등의 착용으로 작업자의 체감온도가 매우 높았음

- 피해자 : 작업자 A씨
- 피해정도 : 열탈진 증상 1명
- 장소 : 재활용품 분리수거 작업장

● 원인 분석 및 개선 필요사항

- 작업장 적정온도 관리 미흡 : 작업장의 내부환기가 어려운 경우 에어컨 설치 등을 통해 적정온도를 유지할 수 있도록 하여야 함
- 개인보호구 착용 최소화 : 작업환경 개선을 통해 작업자가 직접 착용하는 개인보호구를 최소화 함으로써 작업자가 느끼는 체감온도를 낮출 수 있도록 노력하여야 함

폭염으로 인한 온열질환 예방

◆ 사고사례 : 야외에서 배송작업 하던 작업자 어지러움 호소



● 사고 상황

2026년 8월, 택배작업자 A씨가 배송작업 도중 손떨림 증상, 어지러움증 호소 등 무더운 날씨로 인해 쓰러져 구급차로 호송되었으며 사고 당시 체온이 37℃로 매우 높았음

- 피해자 : 택배작업자 A씨
- 피해정도 : 열탈진 증상 1명
- 장소 : 야외

● 원인 분석 및 개선 필요사항

- 휴게시간 미부여 : 폭염특보인 경우 2시간마다 20분씩 휴게시간 부여
- 탈수 예방노력 미흡 : 작업 중 지속적으로 체온을 내릴 수 있도록 쿨링제품 지급, 시원한 물 제공하는 등 지속적 노력 필요