



שם הנוהל : ק"ץ	מספר הנוהל :	עמוד 1 מתוך 2 עמודים
חל על : כל העירייה	כתב וערך : שלומי לוי	תאריך תחולה : 01/08/2017

1. כללי

- 1.1 הקיץ מביא עמו סיכונים לבריאות ולבטיחות הקשורים כולם במזג האוויר. היערכות נבונה, הצטיידות נכונה והימנעות מביצוע פעולות מסוימות עשויים להציל חיים.
- 1.2 קרני השמש האולטרה סגולות (UV) מזיקות לעור ומהוות אחד הגורמים העיקריים להתפתחות סוגים שונים של מחלת סרטן העור, וביניהם המלנומה. סרטן העור שכיח בישראל, בה קרינת השמש חזקה ורבה ועלולה לפגוע באנשים המרבים לעסוק כבשגרה בפעילויות בחוץ, לרבות אוכלוסיות עובדים שונות.
- 1.3 עובדים בעלי עור בהיר, עיניים בהירות, עור פגום, נמשים, בעלי נטייה לקבל כוויות, גנטיקה משפחתית ועובדי חוץ הינם בעלי סיכון אישי מוגבר להינזק מקרינת השמש.
- 1.4 באמצעות הקפדה על המלצות משרד הבריאות בנושא זה ועל הכללים שלהלן, ניתן לצמצם את החשיפה לנזקי הקרינה.

2. מניעת נזקי השמש

- 2.1 ניתן להפחית את הסיכון לחלות בסרטן העור על ידי מניעת חשיפה בלתי מבוקרת לקרני השמש, כל השנה, במיוחד בין השעות **10:00-16:00**, בהן עוצמת הקרינה היא מרבית.
- 2.2 כמו כן, מומלץ לתכנן **עיתוי עבודות חוץ** שלא בין החודשים מרץ לחודש אוקטובר בהן קרינת השמש מסוכנת יותר וכן לא בקרבת משטחים כמו מים וזכוכית, העלולים ליצור קרינת החזר יתרה כלפי בני אדם.
- 2.3 יש לדאוג, כי עבודות המבוצעות מחוץ למבנים תתבצענה **באזורים מוצלים**, ככל שהדבר אפשרי, לדוגמה: תחת סככות.
- 2.4 **ביגוד** - יש לכסות את הגוף ככל הניתן בלבוש מלא (חולצה עם שרוול ומכנסיים).
- 2.5 **יש לחבוש כובע** רחב שוליים שיגן על הפנים, העיניים, הצוואר והעורף מקרני השמש.
- 2.6 **יש להרכיב משקפי שמש** תקינים המסננים את מעבר הקרניים האולטרה-סגולות.





שם הנוהל : קיץ	מספר הנוהל :	עמוד 2 מתוך 2 עמודים
חל על : כל העירייה	כתב וערך : שלומי לוי	תאריך תחולה : 01/08/2017

- 2.7 יש למרוח את אזורי העור, הגלויים לשמש, כחצי שעה לפני החשיפה לשמש, במסנן קרינה עם מקדם הגנה שבין 30 ל-50 כנגד קרינת $uvb^{\wedge} uva$. רצוי להשתמש במסנן קרינה שהינו עמיד במים, לאפקטיביות גם בהזעה.
- 2.8 יש להרבות בשתייה (רצוי מים).
- 2.9 בדיקות - לבעלי גורמי סיכון עם סיפור משפחתי של מלנומה, ריבוי שומות מלנוציטריות (נגעי עור בצבע כהה) והופעת שומות בפרט או במשפחה הקרובה, מומלץ לבצע מעקב עצמי וכן לערוך בדיקת סקר שנתית אצל רופא עור או כירורג פלסטי.
- 2.10 על המנהלים חלה החובה להגביר המודעות לנושא במקום העבודה ולפקח על מילוי הוראות אלו.

שלומי לוי
מנהל מחלקת בטיחות
וממונה בטיחות בעבודה

