Arboco Veiligheid & Advies
www.arboco-va.nl
info@arboco-va.nl
06 – 25 00 43 99

ARBOCO Veiligheid & Advies

Buiten werken in winterse omstandigheden

Wanneer de omgevingstemperatuur laag is, geeft het lichaam veel warmte af aan de omgeving en kan onderkoeling optreden.

Bij hogere windsnelheden kan dit probleem nog sneller optreden, echter waarschuwt de voelbare koude ons dan sneller voor de gevaren van onderkoeling.

Een lage temperatuur zonder wind levert over het algemeen een groter gevaar op omdat het gevoelsmatig nogal meevalt.

Bij langdurige blootstelling aan extreme koude kunnen, door een verminderde bloedcirculatie, lichamelijke klachten voorkomen, zoals spierpijn, verminderde kracht en precisie.

Tevens bestaat het gevaar voor bevriezing van ledematen of het gezicht.

Onderkoeling van het lichaam kan, na verloop van tijd, leiden tot het verlies van het bewustzijn, verlies van ledematen en in het uiterste geval tot de dood.

Het spreekt vanzelf dat we ons hier tegen wapenen door meer kleding aan te trekken.
Hierbij speelt de temperatuur, de windsnelheid en de aard van het werk een rol.
De juiste kledingfactor (clo = clothing unit) speelt hierbij een belangrijke rol.

Onderzoek heeft uitgewezen dat bij een temperatuur van -10 ºC en een windsnelheid van 0,1 m/sec bij lichte montagewerkzaamheden, de kledingfactor ca. 3 clo zou moeten zijn.
Hierbij kunnen we uitgaan van de volgende waarden:

- Overall met (gevoerde) doorwerkjas 0,6 clo
- Sokken (wol) en werkschoenen (hoog) 0,2 clo
- Normaal ondergoed 0,1 clo
- Lang (dik) ondergoed 0,4 clo
- T-shirt 0,1 clo
- Handschoenen 0,2 clo
- Helm 0,1 clo
- Helm met binnenmuts 0,4 clo

Maatregelen bij werken in koude:

- Draag voldoende isolerende kleding
- Zorg voor een zo volledig mogelijke huidbedekking (werkkleding, doorwerkjas, handschoenen)
- Draag vochtabsorberende onderkleding
- Werk zoveel mogelijk in de luwte of onder een overkapping
- Zorg regelmatig voor rust in een verwarmde ruimte en warme (alcoholvrije) drank

Herkennen van bevriezingsverschijnselen (vingers, tenen, neus, oren)

- Een bleekgrijze verkleuring van de huid en een stekende pijn (eerste graads bevriezing)
- Een bleekgrijze huid met blaarvorming en een stekende pijn (tweede graads bevriezing)
- Een spierwitte huid, die hard aanvoelt en gevoelloos is (derde graads bevriezing)

Bescherm jezelf en neem maatregelen om problemen te voorkomen

Arboco Veiligheid & Advies
www.arboco-va.nl
info@arboco-va.nl
06 – 25 00 43 99

ARBOCO Veiligheid & Advies

Presentielijst

Buiten werken in winterse omstandigheden

Gegeven door:	Datum:

Naam	Firma	Handtekening

Arboco Veiligheid & Advies
www.arboco-va.nl
info@arboco-va.nl
06 – 25 00 43 99

ARBOCO Veiligheid & Advies

Presentielijst

Buiten werken in winterse omstandigheden

Gegeven door:	Datum:

Naam	Firma	Handtekening