

### Risicofactoren

De invloed die werken in warmte op iemand heeft is niet voor iedereen hetzelfde. Een aantal factoren kan tot een hoger risico op warmteziekte leiden:

- Uitdroging en/of zouttekort ten gevolge van verminderde voedsel- en vochtopname, als gevolg van overmatig alcoholgebruik, als gevolg van darmproblemen (diarree) of van het gebruik van vochtuitdrijvende geneesmiddelen (bv. plaspillen of diuretica).
- Eerdere warmteziekte
- Matige fysieke conditie
- Overgewicht, anorexia
- Vermoeidheid, slaapttekort
- Hoge bloeddruk
- Koorts, recente infecties
- Huidverbranding (zonnebrand of anders)
- Beschermende kleding die de normale warmteafgifte en met name de zweetverdamping hindert; dit speelt vooral bij inspanning.
- Het gebruik van geneesmiddelen, met name degene die effect hebben op de vochtbalans, op de perifere bloedvaten of op de hartfunctie.

Voor werknemers waarvoor meerdere factoren van toepassing zijn, moet voor blootstelling aan warmte advies worden ingewonnen.

### Kwetsbare groepen

Naast bovengenoemde risicofactoren, die voor iedereen gelden, zijn er ook een aantal kwetsbare groepen, waarmee met werken in warmte rekening moet worden gehouden:

- Ouderen. Ouderen hebben vaker een geringere fitheid hebben en daardoor een geringere hittetolerantie.
- Jeugdigen (jonger dan 18 jaar), m.n. bij een laag lichaamsgewicht (< 50 kg) en magere mensen.
- Zwangere werknemers. Blootstelling aan extreme hitte tijdens de zwangerschap wordt geassocieerd met een laag geboortegewicht en congenitale afwijkingen.
- Werknemers tijdens lactatie.
- Mensen met hart- en vaatziekten.
- Mensen met een verhoogde stollingsneiging (o.a. pilgebruik, overgewicht, operaties, infecties) in combinatie met zware inspanning in warmte, waardoor dehydratie kan ontstaan. Zij kunnen hierdoor een trombosebeent tot zelfs een longembolie ontwikkelen.
- Mensen met huidaandoeningen. Huidaandoeningen kunnen worden veroorzaakt of verergerd door koude, droge lucht, warmte in combinatie met vocht of van koude naar warmte.
- Mensen met astma. Astma kan ontstaan door warmte, koude lucht, temperatuurswisselingen. Dit kan een specifieke prikkel vormen voor de luchtwegen, die daarop vernauwen.
- Psychiatrische patiënten

Bron: Kennisdossier 'Extreme hitte', Hein Daanen, S. Vrijkotte e.a. 8 juni 2008.