

## 1. MINIMÁLNA NÁHRADA TEKUTÍN PRI PRÁCI V ZÁŤAŽI TEPLOM V ZÁVISLOSTI OD TEPLoty $t_0$ NA PRACOVISKU ZA OSEMHDINOVÚ PRACOVNÚ ZMENU

Tabuľka

Trieda práce	Energetický výdaj $q_M [W \cdot m^{-2}]$	Náhrada tekutín za pracovnú zmenu	
		$t_0$ (°C)	(litre)* (litre/1 °C)
1a	$\leq 80$	31 - $\geq$ 36	0,9 - 2,7 (0,36)**)
1b	81 - 105	27 - $\geq$ 34	0,9 - 2,6 (0,24)
1c	106 - 130	24 - $\geq$ 32	0,9 - 2,8 (0,24)
2a	131 - 165	20 - $\geq$ 29	0,9 - 2,8 (0,21)
2b	166 - 200	16 - $\geq$ 27	0,9 - 2,8 (0,17)
3	201 - 260	15 - $\geq$ 24	1,2 - 3,0 (0,20)
4	$> 260$	15 - $\geq$ 21	1,6 - 3,0 (0,23)

Vysvetlivky k tabuľke:

Množstvo poskytovaných nápojov platí pre  $v_a \leq 1 \text{ m} \cdot \text{s}^{-1}$  a  $rh \leq 70 \%$ .

\*) Náhrada tekutín na pracoviskách triedy práce 1 až 4 sa ustanoví prepočtom v závislosti od  $t_g$ , teda na každý 1 °C nad dolnou hranicou rozpätia pre príslušnú triedu práce sa pripočíta k základnej hodnote náhrady tekutín pre danú triedu práce hodnota uvedená v zátvorke.

\*\*) Veľkosť pripočítanej náhrady nad základnú hodnotu náhrady tekutín.

## 2. VÝPOČET MNOŽSTVA TEKUTÍN STRATENÝCH POTENÍM A DÝCHANÍM

Ak zamestnanec vykonáva prácu v mimoriadnych pracovných podmienkach, napríklad extrémne vysoké teploty, práca v celotelovom ochrannom reflexnom obleku alebo v nepremokavom obleku, práca v pracovnom prostredí s relatívnou vlhkosťou pracovného ovzdušia vyššou ako 80 % a podobne, pri ktorých môže byť strata tekutín a minerálnych látok potením a dýchaním za pracovnú zmenu vyššia ako 3,9 litra, množstvo tekutín stratených potením a dýchaním sa vypočíta podľa vzorca

$$SR = (V_1 + P + N) - (V_2 + M + S) \text{ (g) ,}$$

kde SR = strata tekutín potením a dýchaním (g)

$V_1$  = hmotnosť tela zamestnanca pred pracovnou zmenou (g)

P = potrava (g)

N = nápoje (g)

$V_2$  = hmotnosť tela zamestnanca po pracovnej zmene (g)

M = moč (g)

S = stolica (g).