



Hitteveiligheidsquiz

Voorkomen van Hitteziekten op het Werk

1. Welk percentage van de sterfgevallen door hitteziekten doet zich voor tijdens de eerste werkweek?
 - ☐ 50%
 - ☐ 60%
 - ☐ 70%
 - ☐ 80%

2. Wat is een aanbevolen locatie om pauzes te nemen om af te koelen?
 - ☐ Onder direct zonlicht
 - ☐ Op een aangewezen schaduwrijke of koele locatie
 - ☐ In de buurt van zware machines
 - ☐ In een voertuig

3. Hoeveel koel water moeten werknemers drinken, zelfs als ze geen dorst hebben?
 - ☐ minimaal 1 kopje elke 5 minuten
 - ☐ minstens 1 kopje om de 20 minuten
 - ☐ minstens 1 kop om de 40 minuten
 - ☐ minstens 1 kopje elke 60 minuten

4. Welk type kleding wordt aanbevolen bij hitte?
 - ☐ Donker van kleur en nauwsluitend
 - ☐ Licht van kleur en loszittend
 - ☐ Donker van kleur en loszittend
 - ☐ Reflecterend en ademend

5. Wat moet je doen als een gezichtsbedekking nat of bevuild raakt?
- ☐ Verwijder het
 - ☐ Verander het
 - ☐ Negeer het
 - ☐ Was het onmiddellijk.
6. Welke van de volgende is NIET een teken van een hittegerelateerde medische noodsituatie?
- ☐ Abnormaal denken of gedrag
 - ☐ Geslurde spraak
 - ☐ Aanvallen
 - ☐ Hevige transpiratie
7. Wat is de eerste stap als een werknemer tekenen van een hittegerelateerde medische noodsituatie vertoont?
- ☐ Geef hun water
 - ☐ Zet ze in de schaduw.
 - ☐ Bel onmiddellijk 911
 - ☐ Trek hun kleding uit.
8. Wat moet je doen terwijl je op hulp wacht nadat je 112 hebt gebeld voor een hitte-gerelateerd noodgeval?
- ☐ Laat de arbeider met rust.
 - ☐ Blijf bij de werknemer en koel hem of haar met water of ijs.
 - ☐ Geef ze eten.
 - ☐ Laat ze rondlopen
9. Welke actie wordt aanbevolen als een werknemer hoofdpijn of misselijkheid ervaart?
- ☐ Geef ze koffie
 - ☐ Verhoog hun werklust
 - ☐ Geef ze water en ga naar een koelere plek.
 - ☐ Negeer de symptomen

10. Wat moet u doen als u twijfelt over de symptomen van hitteziekte bij een werknemer?
- ☐ Breng de werknemer naar een koelere plek en geef hem of haar water.
 - ☐ Bel 911
 - ☐ Houd de werknemer nauwlettend in de gaten en verwijder eventuele overtollige kleding.
 - ☐ Alles hierboven