


**İLK YARDIM
HERKESİN
SORUMLULUĞUDUR**



ÇALIŞAN EĞİTİMİ **2-Sağlık Konuları**

Cengiz KARACA / A Sınıfı İGU
Burhaniye İSG İlçe Koordinatörü

2- SAĞLIK KONULARI

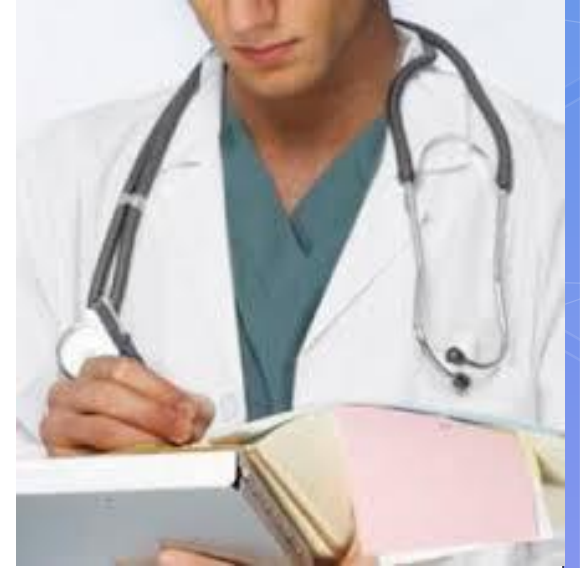
- A. Meslek Hastalıklarının Sebepleri
- B. Hastalıktan korunma prensipleri ve korunma tekniklerinin uygulanması,
- C. Biyolojik ve psikososyal risk etmenleri,
- D. İlk yardım



A - Meslek Hastalıklarınının Sebepleri

MESLEK HASTALIĞI;

Sigortalının çalıştığı **işin niteliğine** göre tekrarlanan bir sebeple veya **işin yürütüm şartları** yüzünden uğradığı **geçici** veya **sürekli** hastalık **sakatlık veya ruhi arıza** halleri meslek hastalığıdır.



A - Meslek Hastalıklarının Sebepleri

Stres;

- ✓ Her türlü hastalığın ortaya çıkmasını kolaylaştırabilir ama tek başına bir hastalık nedeni değildir.
- ✓ Stresle baş etmek için fiziksel aktivite(spor, yoga), düzenli ve sağlıklı beslenme, sosyal aktivitelere(sinema, konser) katılma önerilebilir.



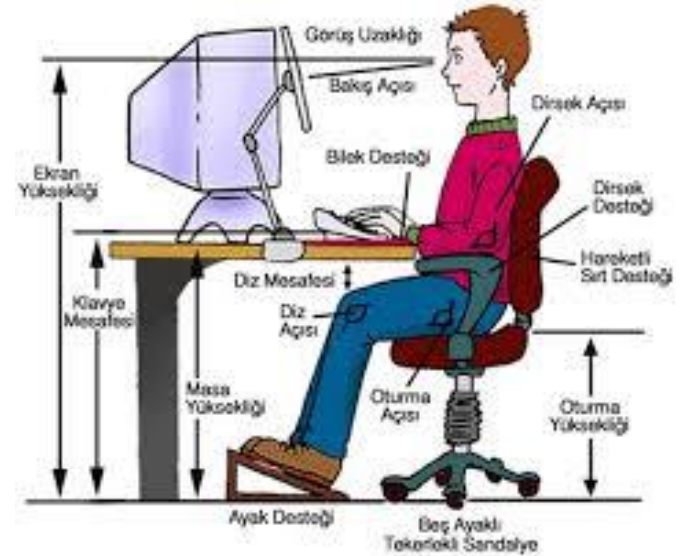
 öfkelendiğim
zaman



A - Meslek Hastalıklarının Sebepleri

Ergonomik;

- ✓ Özellikle iş yerindeki çalışma ortamı ergonomik hale getirilmeli, masa ve sandalye ayarlanabilmeli ara ara hareket ederek kaslar çalıştırılmalı, öğlen tatilinde yürüyüşe çıkılmalı, spor ile kaslar kuvvetlendirilmeli.
- ✓ Meslekleri gereği sürekli ayakta duran insanlarda (öğretmenler, cerrahlar) varislere sık rastlamaktayız.



A - Meslek Hastalıklarının Sebepleri

Gürültü;

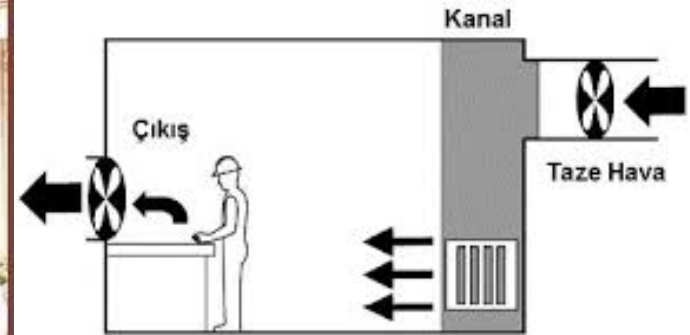
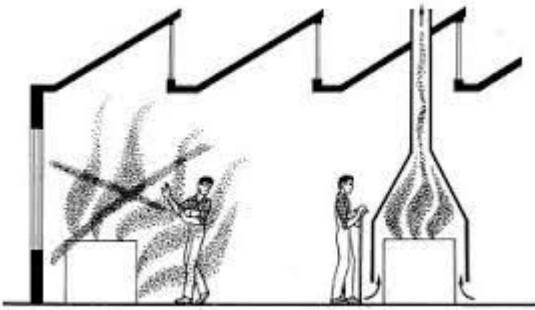
- ✓ İş yeri ortamında sürekli gürültü varsa, o ortamda çalışan insanlarda işitme bozuklukları(örnek: sağırılık) görülebilir.
- ✓ Makinelerin sürekli çalıştığı bir ortamda gürültü ölçümü yapılabilir ve insan sağlığına aykırı bir düzeyde ise kulakları korumak için kulaklık takılabilir.



A - Meslek Hastalıklarınının Sebepleri

İş yeri ortamınının havası – havalandırması;

- ✓ Aşırı soğuk veya sıcak olması, sigara içilmesinde, o ortamda çalışan kişilerde bir çok akciğer hastalığına (astım, KOAH ve benzerleri) neden olabilmektedir.
- ✓ Meslek hastalıklarınının en aza indirilebilmesi için iş yerlerinde insanlara uygun çalışma ortamları ayarlanmalıdır.



A - Meslek Hastalıklarının Sebepleri

Kişisel koruyucular;

- ✓ Çalışma ortamına bağlı **olarak gerekli kişisel** koruyucuların takılmadan çalışılması ve işveren tarafından denetlenmemesi

Uzun çalışma saatleri;

- ✓ İşin tehlike sınıfına bakılmaksızın uzayan iş saatleri ve dinlenmeden çalışmaya devam etmesi

Uzun çalışma saatleri felç riskini artırıyor



	Ülkeler	Çalışan Basına Yıllık Çalışma Saati	Çalışılan Her Saat Basına Üretkenlik - Gayri Safi Yurtici Hasıla
1	Meksika	2.225,66 saat	US\$19.20
2	Güney Kore	2.163 saat	US\$28.90
3	Yunanistan	2.033,96 saat	US\$34.50
4	Sıri	2.029 saat	US\$27
5	Polonya	1.929 saat	US\$28.10
6	İsrail	1.910 saat	US\$33.40
7	Estonya	1.889 saat	US\$27.10
8	Macaristan	1.888,45 saat	US\$28.5
9	Türkiye	1.855,06	US\$28.90
10	Rusya	1789,92 saat	US\$24

A - Meslek Hastalıklarının Sebepleri

Sağlık kontrolleri;

- ✓ İşin özelliğine göre belli periyotlarda yapılması gerek, sağlık kontrollerinin yapılmaması



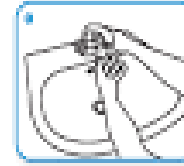
B- Hastalıktan Korunma Prensipleri ve Korunma Tekniklerinin Uygulanması

İşyerlerinde meslek hastalıklarına sebep olabilecek faktörleri her zaman tamamen ortadan kaldırmak mümkün değildir. Bu sebeple, meslek hastalıklarından korunmak için bu faktörlerin insan sağlığı üzerindeki zararlı etkilerini en aza indirmek veya zararsız hale getirmek amacıyla işyerinde bir takım önlemlere başvurmak gerekir

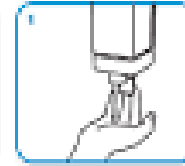
Meslek Hastalıklarından Korunma İlkeleri

Meslek hastalıklarından korunma ilkeleri başlıca üç bölümde incelenebilir:

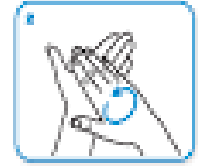
- 1) Tıbbi korunma önlemleri,
- 2) İşyerindeki çalışma çevresine ait korunma önlemleri,
- 3) Çalışana ait korunma önlemleri.



Elle tutulmuş bir kayın.



Her iki elinizle tutulan gereksiz nesnelere.



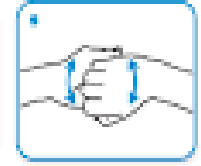
Araç gerektirir.



İşçi el ile tutulan nesnelere parmaklarını tutmamalıdır. Diğer el için de aynı şekilde davranmalıdır.



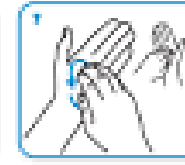
Parmaklarla nesnelere parmaklarını tutmamalıdır. Çekerek çıkarın.



Parmaklarını nesnelere tutmamalıdır. Çekerek çıkarın.



Sol el tutulmuş nesnelere sağ el araç için de parmakları tutmamalıdır.



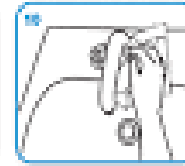
Bir elinizle sağ el parmaklarını tutmamalıdır. Sol el araç içinde denetim için tutulmalıdır.



Elle tutulan nesnelere dokunmayın.



Elle tutulan nesnelere dokunmayın.



Kağıt havlu ile temizleyin.



... ellerini yıkayın.

Meslek Hastalıklarından Korunma İlkeleri

1) TIBBİ KORUNMA İLKELERİ

Tıbbi korunma önlemleri birkaç safhadan meydana gelir. Bunlar;

- a) İşe Giriş Tıbbi Kontrolleri: İşe yeni alınan kişilerin, yapacağı işe fiziksel ve ruhsal olarak uygun olup olmadığının tespit edilmesi amacıyla yapılan tıbbi muayeneyi kapsar. Yeni bir işe girerken alınan sağlık raporları gibi.



Tıbbi Korunma Önlemleri

b) Periyodik Tıbbi Kontroller: Bir işte çalışan kişilerin belirli aralıklarla (üç ay, altı ay, bir yıl gibi) tıbbi muayeneden geçirilerek, yaptıkları işten etkilenip etkilenmediklerinin tespit edilmesi amacıyla yapılan kontrolleri kapsar. Buna portör muayene de denir. Periyodik tıbbi muayenelerin sonucunda tespit edilen bulgulara göre çalışanların tedavisi yapılmalı ve aynı işe devam edip edemeyeceği de doktor tarafından belirlenmelidir.



Tıbbi Korunma Önlemleri

c) Eğitim ve Uyarma: Sakıncalı çalışma şartlarının tespit edilmesiyle, bu sakıncalı şartlardan korunma yolları bütün çalışanlara öğretilmeli, gerekli uyarılar yapılmalıdır.



Meslek Hastalıklarından Korunma İlkeleri

Çalışma Çevresine Ait Korunma Önlemleri

İşyerlerinde sağlığa zararlı etkilerin büyük bir bölümü, işyeri havasına yayılan maddelerden (duman, toz, buhar, gaz vb. gibi.) ve işyerindeki fiziksel şartlardan ileri gelmektedir. Bazen de zararlı maddelerle doğrudan doğruya elle temas söz konusudur. İşyerindeki bu tehlikeler yok edilerek veya en aza indirilerek çalışma çevresi zararsız hale getirilebilir.

Çalışma Çevresine Ait Korunma Önlemleri

a)Kullanılan Zararlı Maddenin Değiştirilmesi

Kullanılan zararlı maddenin, zararsız veya daha az zararlı maddeler ile değiştirilmesidir.

b)Kapalı Çalışma Yöntemi: Zararlı maddenin değiştirilmesi olanağı bulunmayan durumlarda tehlikeli işlemlerin tamamen kapalı olarak yapılmasıyla zararsız hale getirilebilir.

Çalışma Çevresine Ait Korunma Önlemleri

c)Ayırma: Çalışma sırasında zararlı madde oluşumu görülen ya da sağlığa zararlı gürültü, ışın gibi fiziksel faktörlerin ortaya çıktığı iş çeşitlerinin ayrılması esasına dayanır. Böylece hem işyeri çevresi temiz tutulmuş olur, hem de zararlı etkilerden dolayı daha az sayıda işçi etkilenir.

d)Nemli (ıslak) Çalışma Yöntemi: Özellikle tozlu işyerlerinde uygulanır. Çalışma ortamı ıslatılarak veya nemlendirilerek çalışma sırasında tozun çalışma ortamına dağılması önlenir. Bazı işyerlerinde döşemeler, duvarlar ve tezgâhlar yıkanır veya yağ bezle silinebilir.

Çalışma Çevresine Ait Korunma Önlemleri

e) Sürekli Temizlik ve Bakım: İşyeri havasının zararsız halde bulundurulmasını sağlamak amacıyla tehlikeli olabilecek yere dökülen maddelerin hemen kaldırılması, işyeri temizliği meslek hastalıklarından korunma ile ilgili önlemlerden biridir. İşyeri ortamına dağılmış tozlarda sürekli olarak temizlenmezse hava akımları ile yeniden işyeri ortamına dağılarak işyeri ortam havasını kirletir. Ayrıca, zehirli ve zararlı maddelerin aktarıldığı, depolandığı kapların ve makinelerin bakımları yapılmaz ise meydana gelebilecek kaçaklar ortam havasının kirlenmesine sebep olur.

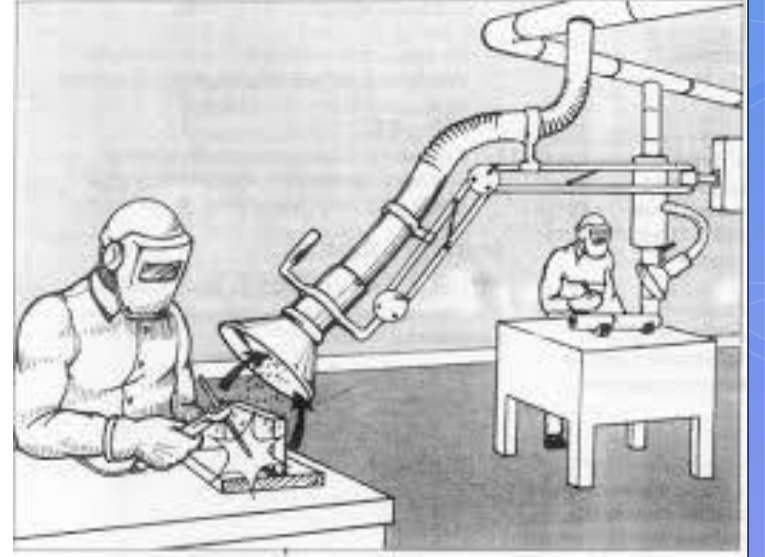
Çalışma Çevresine Ait Korunma Önlemleri

f)**Havalandırma:** İşyerine ve işin özelliğine göre düşünüülerek yapılmalıdır.

İki çeşit havalandırma vardır:

1-LOKAL HAVALANDIRMA

2-GENEL HAVALANDIRMA



Maden İşçileri



Kot Tařlama İşçileri

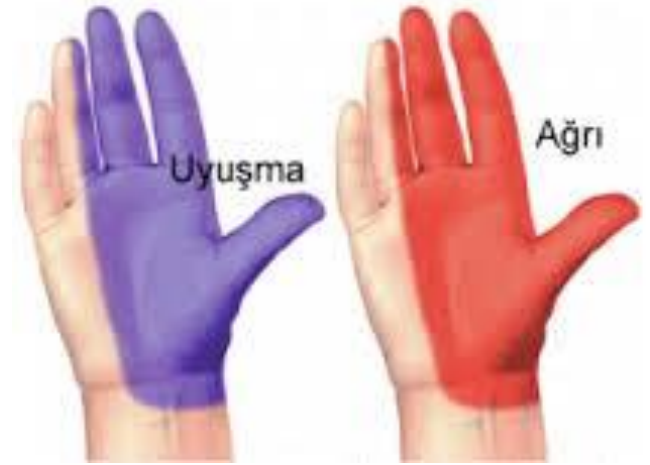


Benzen Lösemisi



Karpal Tünel Sendromu

KARPAL TÜNEL SENDROMU



Beyaz Parmak



C- Biyolojik ve Psikososyal Risk Etmenleri

1- Biyolojik Etmen Nedir?

Herhangi bir enfeksiyona, alerjiye veya zehirlenmeye neden olabilen, genetik olarak deęiştirilmiř olanlar da dahil **mikroorganizmalar, hücre kültürleri** ve **insan parazitleri**dir.

Biyolojik Etmenler

Çalışma ortamında büyük bir dağılım göstererek insanlarla etkileşime giren ve zarar veren mikroorganizmalar;

Bakteriler ,

Virüsler,

Mantarlar,

Protozoalar olarak dört ana grupta toplanabilir.

Biyolojik Etmenler

Enfeksiyon hastalığının **meslek hastalığı** olarak kabul edilmesi

için;

1. Çalışanın, **enfeksiyon riski taşıyan çalışma ortamında** hastalanması
2. Hastalığın, çalışılan ortamdaki enfeksiyon etkenlerinden kaynaklandığının kanıtlanması
3. Çalışanın maruziyet düzeyi ve
4. Maruziyet süresinin belirlenmesi gerekmektedir

Biyolojik Etmenler

Enfeksiyon hastalığının meydana gelmesi için;

1. **Biyolojik etmen / etken**
2. **Duyarlı (Çalışan)**
3. **Bulaşma yolu'**na gerek vardır

Bu **üçlü** etkileşime **ENFEKSİYON ZİNCİRİ** denmektedir

Çalışanlarında Görülen Biyolojik Etmenler

Sık görülen virüsler;

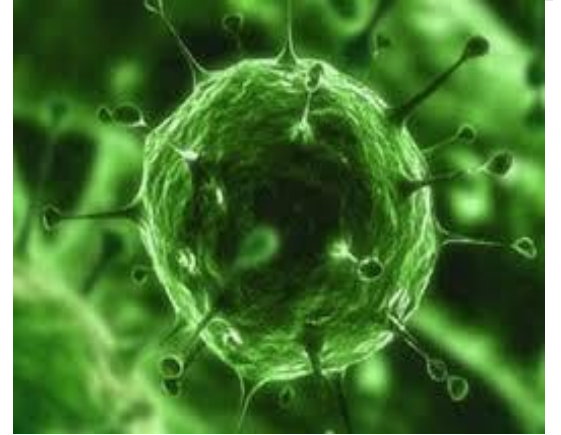
- Hepatit virüsleri (Karaciğerin enfeksiyonu)
- İnfluenza (Grip)
- Solunum yolu ile bulaşan diğer virüsler (Kızamık, kızamıkçık, kabakulak, suçiçeği)



Çalışanlarında Görülen Biyolojik Etmenler

Sık görülen bakteriler;

- Tüberküloz (Verem)
- Salmonella (Tifo)
- Menengokok (Meningit)
- Shigella (Dizanteri-İshal)



KORUNMA

- **Maruz kalınan biyolojik etmenlerin tümüne yönelik risk değerlendirmeleri yapılmalı**
- Değerlendirmeler periyodik olarak tekrarlanmalı
- **Etmelerin risk oluşturması durumunda, çalışanın maruziyeti önlenmeli**
- Teknik olarak bu mümkün değilse maruziyet en aza indirilmeli

KORUNMA

- **Çalışan sayısı, mümkün olan en az düzeyde tutulmalı**
- **Ortam, bulaşmayı önleyecek şekilde düzenlenmeli**
- **Toplu korunma önlemleri alınmalı**
- **Olanaklı değilse; maske, eldiven, koruyucu giysi gibi kişisel korunma teknikleri uygulanmalı**
- **Etmenlerin dışarıya sızması, taşınması önlenmeli**

KORUNMA

- İş yerindeki atıklar, uygun sistemler kullanılarak sağlığa zararsız bir şekilde depolanmalı, taşınmalı ve uzaklaştırılmalı
- İş ortamında yemek yenmesi ve sigara içilmesi önlenmeli
- Koruyucu giysiler kullanılmalı
- Göz yıkama, el yıkama (**cilt antiseptikleri**) gibi hijyenik işlemlerin uygulanacağı uygun temizlik malzemeleri
- Yıkanma ve tuvalet olanakları sağlanmalı

KORUNMA - EĞİTİM

- Olası sağlık riskleri
 - Alınacak önlemler
 - Hijyen kuralları
 - Koruyucu ekipman ve giysilerin kullanımına yönelik
1. Biyolojik etmenlerle çalıřmalara bařlanmadan önce
 2. Deđiřen kořullara göre uyarlanabilecek
 3. Gerektiđinde periyodik olarak tekrarlanabilecek eđitimler düzenlenmelidir

Önleme

- Enfeksiyona neden olan etmenin kontrolü için, enfeksiyon yayılımı ve epidemiyolojik ilkelerin bilinmesi
- Biyolojik etmenlere bağlı meslek hastalıklarının tanısı için, çalışanların **işe giriş** ve **muayenelerinin** düzenli ve sistematik olarak uygulanması gerekir

