



S.Ü. TIP FAKÜLTESİ HASTANESİ İŞ SAĞLIĞI ve GÜVENLİĞİ EĞİTİMİ

2-) Sağlık Konuları

a) Korunma Prensipleri ve Korunma Tekniklerinin Uygulanması

Amaç

Katılımcılar, çalışma ortamında karşılaşılabileceği hastalıklardan korunma prensipleri hakkında bilgi sahibi olacaklardır.

Öğrenim Hedefleri

Bu oturum sonunda katılımcılar; çalışma hayatında karşılaşılabilecekleri, meslek hastalıkları dahil işle ilgili hastalıklardan korunmaya ilişkin;

- ✓ Sağlık ve sağlık hizmetlerini tanımlar,
- ✓ İş sağlığı uygulama ilkelerini sayar,
- ✓ İşyeri risklerinin kontrolünde tıbbi, teknik ve yönetsel korunma yöntemlerini sıralar,
- ✓ El yıkama konusunda farkındalık geliştirir.

Sağlık Nedir ?

Sağlık

- ✓ Sağlık, sadece hastalık ve sakatlığın olmayışı değil; bedensel, ruhsal ve sosyal yönden tam iyilik halidir. (DSÖ/1948)

Neden Hasta Oluruz?

- ✓ Bireysel - Bünyesel Nedenler
- ✓ Çevresel Nedenler
 - Fizik Nedenler (Isı, Soğuk, Işık, Yaralanma)
 - Kimyasal Nedenler (Kanserojenler, Zehirler)
 - Vücut İçin Gerekli Bazı Madde Eksiklikleri (Vitaminler)
 - Mikroplar
 - Psikolojik Nedenler (Stres)
 - Sosyal, Kültürel, Ekonomik Nedenler

Sağlık Hizmetleri

- ✓ Koruyucu
- ✓ Tedavi edici
- ✓ Rehabilite edici
- ✓ Geliştirici

Koruyucu Sağlık Hizmetleri

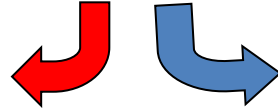
- ✓ Kişileri Hastalıktan Korumak
(Birincil Koruma)
- ✓ Hastalık Halinde Erken Tanı ve Tedavi
(İkincil Koruma)
- ✓ Sakatlıkların En Aza İndirilmesi
(Üçüncül Koruma)

Birincil Koruma

Birincil korumanın amacı;

- ✓ Hastalık ortaya çıkmasını önlemek, risk faktörleri ve hastalık sıklığını azaltmaktır.
(Örneğin; aşılar)

Tüm TOPLUMA Yönelik Girişimler



Risk Faktörlerini Değiştirmeye
ya da Oluşumunu Önlemeye
Yönelik Sağlık Geliştirme
Girişimleri

Yüksek Riskli
KİŞİLERE Yönelik
Koruyucu ve Sağlıkçı
Girişimler



- İleri Tetkikler
- İlaçla Sağlık
- Danışmanlık
- İzleme
- Esenlendirme

- Toplumda Kolesterol Düzeyinin Düşürülmesi
- Toplumda Kan Basıncının Düşürülmesi
- Sigara Kullanım Düzeyinin Azaltılması

İkincil Koruma

İkincil korumanın amacı:

- ✓ Asemptomatik kişilerin tespit edilerek istenmeyen etkilerin ortaya çıkmasını önleme
- ✓ Kadınlarda periyodik sitolojik muayene (Serviks Kanseri)
- ✓ Meme kanseri tarama programı

Üçüncül Koruma

Üçüncül korumanın amacı:

- ✓ Semptomatik hastalığı olan kişilerin sekellerini en aza indirerek yaşam kalitesini artırmaktır.
- ✓ Hastaları hastalığın nüksünden ve sakatlık ile sonuçlanmasından koruma için alınan önlemleri kapsar.
- ✓ Kalp romatizması olan bir çocuğa hastalık belirtileri kaybolduktan sonra da belirli zamanlarda antibiyotik verilmesi vb. gibi

Sağlıklı Yaşam Davranışları

- ✓ Sağlıklı beslenme,
- ✓ Düzenli fiziksel aktivite,
- ✓ Sigara ve diğer bağımlılık yapıcı maddelerden uzak bir yaşam,
- ✓ Yeterli ve düzenli uyku,
- ✓ Stresten uzak bir yaşam,
- ✓ Güvenli cinsellik,
- ✓ Güneşin zararlı etkilerinden korunma...

Meslek Hastalıklarından Korunma İlkeleri

- ✓ İşyerlerinde meslek hastalıklarına sebep olabilecek faktörlerin **kaynağında kontrolü önceliklidir.**
- ✓ Ancak her zaman tamamen ortadan kaldırmak mümkün olmayabilir.
- ✓ Bu durumda, meslek hastalıklarından korunmak için bu faktörlerin insan sağlığı üzerindeki zararlı etkilerini en aza indirmek veya zararsız hale getirmek amacıyla işyerinde başka bir takım önlemlere başvurmak gerekir.

İş Sağlığı Uygulama İlkeleri

1. Uygun işe yerleştirme
2. İşyeri risklerinin saptanması
3. İşyeri risklerinin kontrolü
4. Aralıklı kontrol muayenesi
5. Sağlık ve güvenlik eğitimi
6. İşyerinde sağlık ve güvenlik hizmeti

1. Uygun İşe Yerleştirme -1

- ✓ Kişiyeye Ait Özellikler
 - Risk grupları,
 - Hassas gruplar
- ✓ İşe Ait Özellikler

**Birincil koruma uygulaması olarak,
işe giriş muayenesi ile
uygun işe yerleştirme sağlanması amaçlanır.**

1. Uygun İşe Yerleştirme -2

İşe Giriş Muayenesi: İşe yeni alınan kişilerin, yapacağı işe fiziksel ve ruhsal olarak uygun olup olmadığının tespit edilmesi amacıyla yapılan tıbbi muayeneyi kapsar.

2. İşyeri Risklerinin Saptanması

İşyeri Ortam Faktörleri

- ✓ Fiziksel
- ✓ Kimyasal
- ✓ Toz
- ✓ Biyolojik
- ✓ Ergonomik
- ✓ Psikososyal
- ✓ Yönetsel

3. İşyeri Risklerinin Kontrolü

- ✓ Tıbbi Önlemler
- ✓ Teknik Önlemler
- ✓ Yönetsel Önlemler



Tıbbi Önlemler



- ✓ İşe Giriş Muayeneleri
- ✓ Periyodik Muayeneler
- ✓ İşe Dönüş Muayeneleri
- ✓ Eğitim

Tıbbi Önlemler



- ✓ İşe Giriş Muayeneleri
- ✓ Periyodik Muayeneler
- ✓ İşe Dönüş Muayeneleri
- ✓ Eğitim

Teknik Önlemler



- ✓ Kaynakta Kontrol
- ✓ Kaynak - Çalışan Arasında
- ✓ Çalışanda Alınacak Önlemler (Kişisel Koruyucu Donanım Kullanımı, Hijyen)

Tıbbi Önlemler



- ✓ İşe Giriş Muayeneleri
- ✓ Periyodik Muayeneler
- ✓ İşe Dönüş Muayeneleri
- ✓ Eğitim

Yönetsel Önlemler



- ✓ Vardiya Planlaması
- ✓ Rotasyon Planlaması vb.

Teknik Önlemler



- ✓ Kaynakta Kontrol
- ✓ Kaynak - Çalışan Arasında
- ✓ Çalışanda Alınacak Önlemler (Kişisel Koruyucu Donanım Kullanımı, Hijyen)

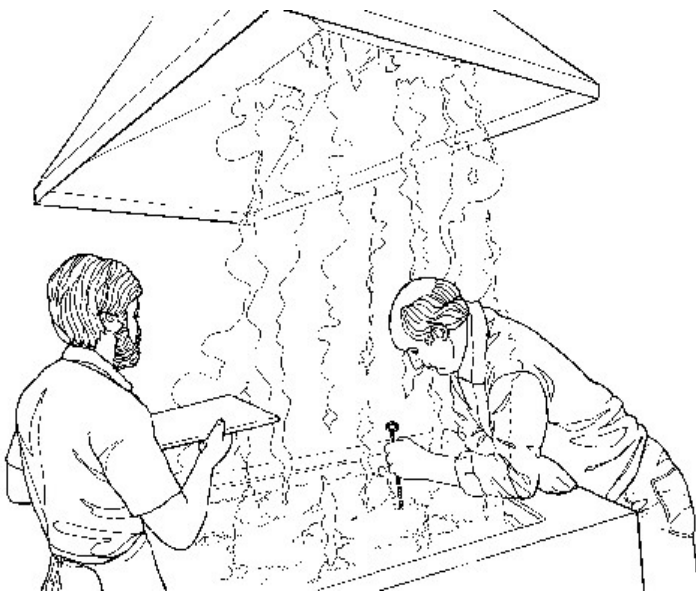
Teknik Önlemler -1

Kaynakta Kontrol Yaklaşımları

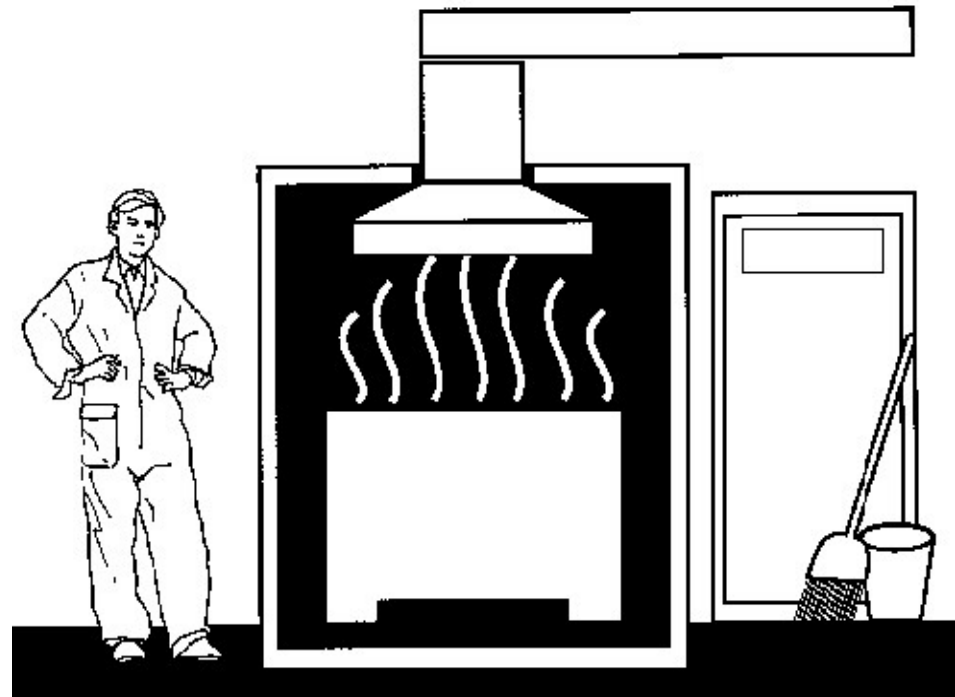
- ✓ İşyerindeki tehlikelerden korunmak bakımından en etkili yaklaşım riskin kaynakta kontrolüdür.
- ✓ Bu amaçla çeşitli mühendislik uygulamaları yapılır.

Teknik Önlemler -2

YANLIŞ



DOĞRU



Teknik Önlemler -3

Kaynakla Çalışan Arasında (Ortamda) Alınacak Önlemler

- ✓ Havalandırma yöntemleri
 - Genel havalandırma
 - Lokal havalandırma
- ✓ Ortam aydınlatması
- ✓ Kapalı çalışma yöntemi
- ✓ Ayırma
- ✓ Nemli (ıslak) çalışma yöntemi

Teknik Önlemler -4

Çalışanda Alınacak Önlemler

- ✓ Kişisel Koruyucu Donanımlar
 - Solunum Sisteminin Korunması
(Solunum Cihazları veya Maskeler)
 - Vücudun Korunması
(Ellerin, gözlerin, başın, ayakların korunması vb.)

Eldiven Kullanım Amacı

- ✓ Çalışanların ellerinin enfekte materyalle kontaminasyonunu azaltmak,
- ✓ Çalışanların elleri aracılığıyla enfeksiyon etkenlerinin geçişini önlemek,
- ✓ Çalışanların ellerindeki floradan enfeksiyon geçişini azaltmak.

Koruyucu Önlük Kullanım Amacı

- ✓ Çalışanların giysilerinin kirlenmesini,
- ✓ Bakterilerle kontamine olmasını,
- ✓ Cilde kan ve vücut sıvıların bulaşmasını önlemek.



Yüz Bariyer Koruyucusu Kullanım Amacı

Önlük ve eldivenlerin yanı sıra kan ya da vücut sıvılarının sıçrama olasılığı bulunan durumlarda yüz ve mukozaları korumak için yüz bariyer koruyucusu kullanılmalıdır.



Yönetmel Önllemler

- ✓ İşyerinin tertip ve düzeni
- ✓ Vardiyaların düzenlenmesi
- ✓ Rotasyon planlanması
- ✓ Uzun süreli monoton çalışmanın engellenmesi

4. Periyodik Sağlık Muayenesi -1

(Aralıklı Kontrol Muayeneleri)

- ✓ Bir işte çalışan kişilerin belirli aralıklarla tıbbi muayeneden geçirilerek, yaptıkları işten etkilenip etkilenmediklerinin tespit edilmesi amacıyla yapılan kontrolleri kapsar.
- ✓ Periyodik sağlık muayeneleri sonucunda tespit edilen bulgulara göre çalışanların aynı işe devam edip edemeyeceği de doktor tarafından belirlenmelidir.

4. Periyodik Sağlık Muayenesi -2

(Aralıklı Kontrol Muayeneleri)

- ✓ Çalışanın kişisel özellikleri, işyerinin tehlike sınıfı ve işin niteliği öncelikli olarak göz önünde bulundurularak uluslararası standartlar ile işyerinde yapılan risk değerlendirmesi sonuçları doğrultusunda;
 - Az tehlikeli sınıftaki işyerlerinde **en geç beş yılda bir**,
 - Tehlikeli sınıftaki işyerlerinde **en geç üç yılda bir**,
 - Çok tehlikeli sınıftaki işyerlerinde **en geç yılda bir** defa
olmak üzere periyodik muayene tekrarlanır.

*Ancak gerekli durumlarda bu süreler kısaltılabilir.

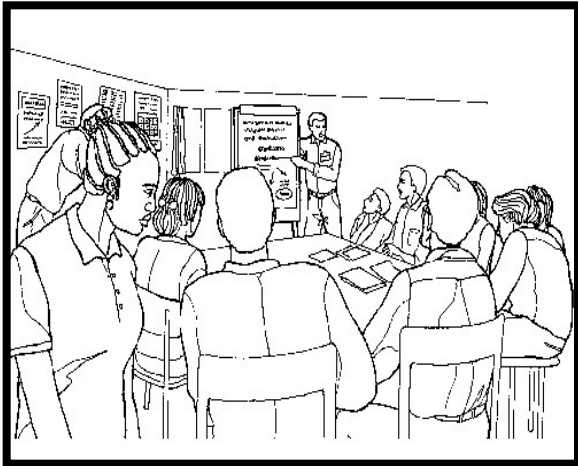
4. Periyodik Sağlık Muayenesi -3

- ✓ **İşe Dönüş Muayeneleri:** İş kazası veya meslek hastalığı sonrası muayeneler, 6 aydan uzun süreli rapor veya işten uzak kalma sonrası işe dönüşte yapılan muayenelerdir.
- ✓ **Düzenli Aralıklarla Kontrolün Amacı;**
“Erken Tanı”
Meslek Hastalıkları
Fizyolojik Bozulmalar (Görme, işitme ...)
Genel Sağlık Sorunları – HT, DM, KVH, ..

5. Sağlık ve Güvenlik Eğitimi

Çalışanların İş Sağlığı ve Güvenliği Eğitimlerinin Usul ve Esasları Hakkında Yönetmelik

Eğitim Süreleri



Tehlike Sınıfı	Sıklık	Süre
Çok Tehlikeli	Yılda En Az Bir Defa	En Az 16 Saat
Tehlikeli	2 Yılda En Az Bir Defa	En Az 12 Saat
Az Tehlikeli	3 Yılda En Az Bir Defa	En Az 8 Saat

6. İşyerinde Sağlık ve Güvenlik Hizmeti

İşyeri Sağlık ve Güvenlik Birimi (İSGB): İş sağlığı ve güvenliği hizmetlerini yürütmek üzere işyerinde kurulan, gerekli donanım ve personele sahip olan birim.

Ortak Sağlık ve Güvenlik Birimi (OSGB): İş sağlığı ve güvenliği hizmetlerini sunmak üzere, gerekli donanım ve personele sahip olan ve Bakanlıkça yetkilendirilen kamu kurum ve kuruluşları ile Türk Ticaret Kanunu hükümlerine göre faaliyet gösteren şirketlerce kurulan ve işletilen müesseseler.

Toplum Sağlığı Merkezi (TSM İSG Birimi): İş sağlığı ve güvenliği hizmetleri sunmak üzere yetkilendirilen Sağlık Bakanlığına bağlı TSMler.

Meslek Hastalıklarından Korunmada Önemli Bir Uygulama

- ✓ Çalışma alanında hijyen kurallarına uyulması,
- ✓ İş kıyafetlerinin (KKD) ve harici kıyafetlerin ayrı muhafazasının sağlanması,
- ✓ **El yıkamaya** özen gösterilmesi.

El Yıkama

El yıkama: Ellerin su ve sabun ile yıkanmasıdır.
Eller yıkanırken;

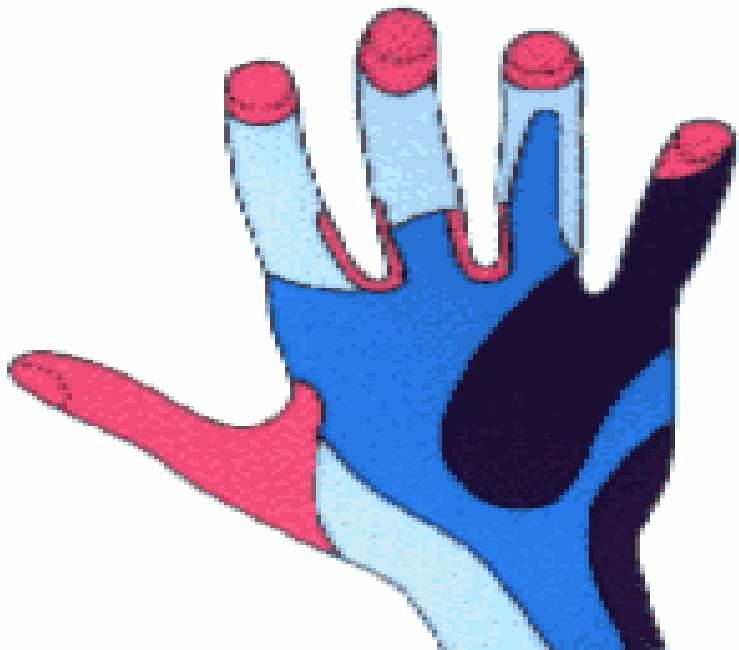
- ✓ Yüzük ve takılar mutlaka çıkartılmalıdır.
- ✓ Özellikle toplu yaşanan yerlerde sıvı sabun kullanılmalıdır.
- ✓ Parmak araları ve tırnak içleri iyice ovalanmalıdır.
- ✓ Eller durulandıktan sonra temiz bir havlu veya kağıt havlu ile kurulanmalıdır.
- ✓ Musluk kağıt havlu ile kapatılmalıdır.

EL YIKAMA

ENFEKSİYONLARIN ÖNLENMESİNDEKİ

EN TEMEL UYGULAMALARDAN BİRİDİR.

El Yıkamada İhmal Edilen Bölgeler



El sırtı



El ayası

En Sık Yıkanmayan Bölgeler



Daha Az Sıklıkta Yıkanmayan Bölge



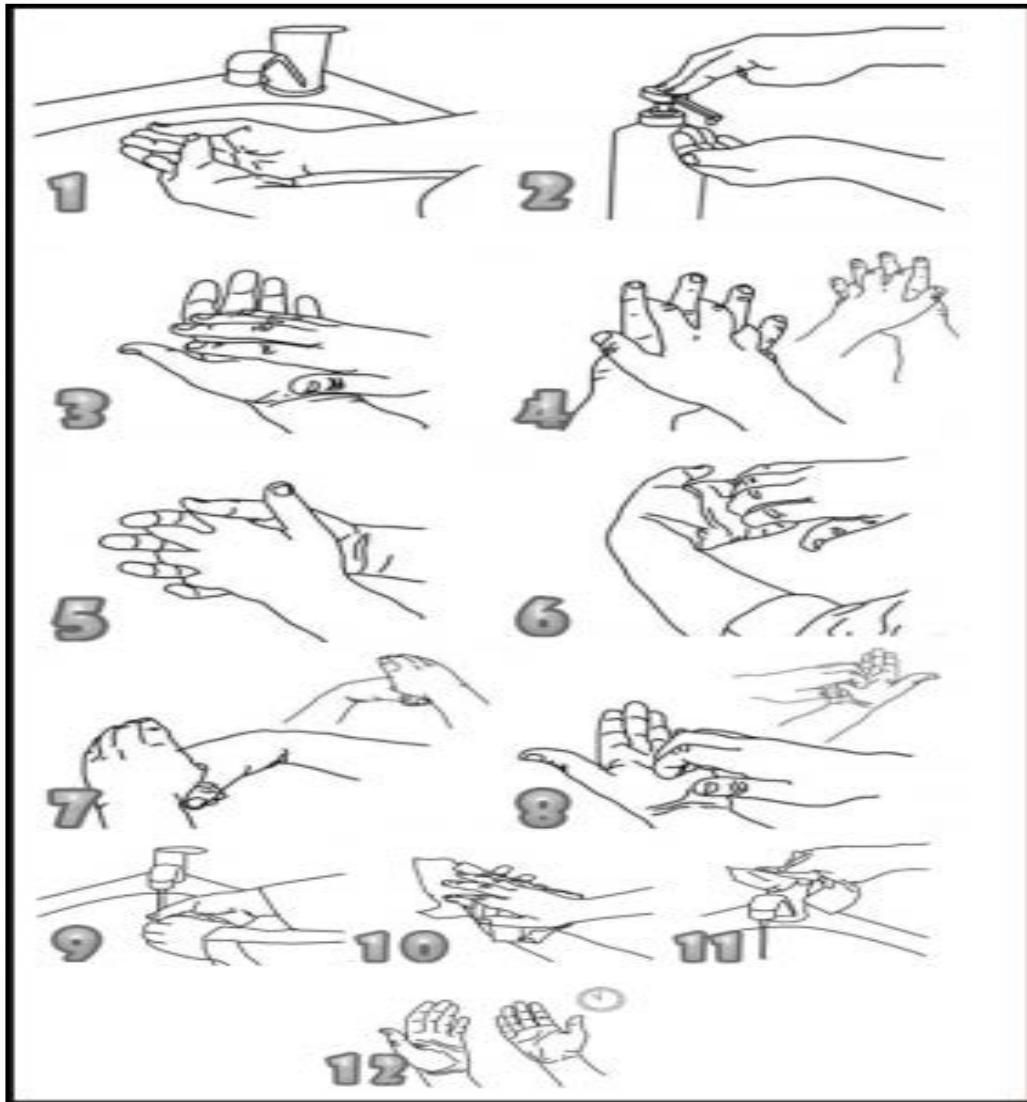
Yıkanan Bölge



El Yıkama

Eller ne zaman yıkanmalı;

- ✓ Göreve başlarken,
- ✓ İşyerinden ayrılırken,
- ✓ Tuvaletten önce ve sonra,
- ✓ Sigara içtikten ve mendil kullandıktan sonra,
- ✓ Parayı elledikten sonra,
- ✓ Kirli araç-gereçleri elledikten sonra,
- ✓ Öksürüp-hapşırdıktan sonra,
- ✓ Çöpleri elledikten sonra



✓ **Ellerin
20 Saniye Boyunca
Yıkanması Önerilir.**



Meslek Hastalıklarından Korunmak *Mümkündür - 1*

- ✓ *Birinci Öncelik, Zararlı Etkenin Kaynakta Yok Edilmesidir.*

Meslek Hastalıklarından Korunmak *Mümkündür -2*

- ✓ *Birinci Öncelik, Zararlı Etkenin Kaynakta Yok Edilmesidir.*
- ✓ *İkinci Öncelik, Etkenin Kaynakla Çalışan Kişi Arasındaki Mesafede Önlenmesidir.*

Meslek Hastalıklarından Korunmak *Mümkündür -3*

- ✓ *Birinci Öncelik, Zararlı Etkenin Kaynakta Yok Edilmesidir.*
- ✓ *İkinci Öncelik, Etkenin Kaynakla Çalışan Kişi Arasındaki Mesafede Önlenmesidir.*
- ✓ *Kişisel Koruyucu Donanımlar **Son Seçenektir.***

Özet

✓ Çalışma hayatınızda karşılaşılabileceğiniz, meslek hastalıkları dahil işle ilgili hastalıklara bir örnek veriniz ve bu hastalıktan korunmaya ilişkin;

- Tıbbi
- Teknik ya da
- Yönetsel

korunma yöntemlerinden birini söyleyiniz.