

[illegible]

bu sayıda

4



**ÇALIŞANLARIN SAĞLIĞININ
KORUNMASINDA HOLİSTİK
"TÜMELCİ" YAKLAŞIM**

Prof. Dr. Nazmi BİLİR
Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi

20



**VARDİYA SİSTEMİ İLE YAPILAN ÇALIŞMANIN
SAĞLIK VE GÜVENLİK ÜZERİNE ETKİLERİ**

F. Gülay GEDİKLİ
İSG Uzmanı / İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

SIVI PETROL GAZI (LPG)

Seçil CEYLAN
İSG Uzmanı, İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

34



26



**MOTORLU ARAÇ BAKIM - ONARIM SEKTÖRÜNDE
FAALİYET GÖSTEREN İŞLETMELERDE
İŞ SAĞLIĞI VE GÜVENLİĞİ**

Umut YÜZER, İSG Uzmanı / İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü



OTELLERDE İŞ SAĞLIĞI VE GÜVENLİĞİ

Sakine OVACILI,
İSG Uzmanı
İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

44



Yazışma Adresi

Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı

İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

İnönü Bulvarı No: 42 İ - Blok Kat 4

06100 Emek / Ankara

Tel: 0312. 215 50 21 - Faks: 0312. 215 50 28

www.isggm.gov.tr

isggm@csqb.gov.tr

Tasarım / Baskı



ART Ofset Matbaacılık
Yay. Org. San. Tic. Ltd. Şti.

İletişim:

2. Cd. 38. Sk. No: 8/11

06520 Balgat / Ankara

Tel: 0312. 284 41 25

Fax: 0312. 284 29 89

artofset@ttmail.com

Dergide yayımlanan yazılar kaynak gösterilerek
iktibas edilebilir. Yayımlanan yazılardan doğacak
sorumluluk yazara aittir.

içindekiler

- 4 **ÇALIŞANLARIN SAĞLIĞININ KORUNMASINDA HOLİSTİK "TÜMELCİ" YAKLAŞIM**
Prof. Dr. Nazmi BİLİR, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi

- 10 **ÇALIŞAN GENÇLERİN "İŞYERİNDE KORUNMASI"**
Sakine OVACILI, İSG Uzmanı, İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

- 13 **İŞÇİ SAĞLIĞI, İŞ GÜVENLİĞİ HİZMETLERİNDE HEMŞİRELİK HİZMETLERİNİN ÖNEMİ**
Nazlı GÖKDEMİR, Hemşire Esenyurt Devlet Hastanesi, İstanbul,
Doç. Dr. Ali Naci YILDIZ, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Ankara

- 17 **ÇALIŞAN GENÇLERİN GÜVENLİĞİ "GENÇLERE ÖNERİLER"**
Seçil CEYLAN, İSG Uzmanı, İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

- 20 **VARDİYA SİSTEMİ İLE YAPILAN ÇALIŞMANIN
SAĞLIK VE GÜVENLİK ÜZERİNE ETKİLERİ**
F. Gülay GEDİKLİ, İSG Uzmanı, İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

- 23 **ÇALIŞAN GENÇLERİN GÜVENLİĞİ "İŞYERENLERE ÖNERİLER"**
Seçil CEYLAN, İSG Uzmanı, İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

- 26 **MOTORLU ARAÇ BAKIM - ONARIM SEKTÖRÜNDE FAALİYET GÖSTEREN İŞLETMELERDE
İŞ SAĞLIĞI VE GÜVENLİĞİ**
Umut YÜZER, İSG Uzmanı, İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

- 31 **ÇALIŞAN GENÇLERİN GÜVENLİĞİ "EBEVEYNLERE ÖNERİLER"**
Sakine OVACILI, İSG Uzmanı, İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

- 34 **SIVI PETROL GAZI (LPG)**
Seçil CEYLAN, İSG Uzmanı, İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

- 37 **OFİS İŞLETMELERİNE YÖNELİK ÖRNEK RİSK DEĞERLENDİRMESİ**
Çeviri: F. Gülay GEDİKLİ, İSG Uzmanı, İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

- 41 **ÇALIŞAN GENÇLERİN GÜVENLİĞİ "GÖZETMENLERE ÖNERİLER"**
F. Gülay GEDİKLİ, İSG Uzmanı, İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

- 44 **OTELLERDE İŞ SAĞLIĞI VE GÜVENLİĞİ**
Sakine OVACILI, İSG Uzmanı, İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

- 51 **TEHLİKELERE KARŞI DİKKATLİ OLMAK "GENÇLERE ÖNERİLER"**
Sakine OVACILI, İSG Uzmanı, İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

- 54 **SAĞLIK VE GÜVENLİK HERKESİ İLGİLENDİRİR HEM SİZİN İÇİN
HEM DE ÇALIŞTIĞINIZ İŞ İÇİN BÜYÜK ARTILARI VARDIR**
Seçil CEYLAN, İSG Uzmanı, İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü



İŞ SAĞLIĞI VE GÜVENLİĞİ DERGİSİ

Üç ayda bir yayımlanır.
Ücretsizdir.

İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü Adına
Sahibi
Kasım ÖZER

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü
İsmail GERİM

Yayın Yönetmeni
Mustafa BİRBENLİ

Yayın Kurulu
Demet ÜNVER
Sevgi KARABAY

Yazışma Adresi
Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı
İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü
İnönü Bulvarı No: 42 İ - Blok Kat 4
06100 Emek / Ankara
Tel: 0312. 215 50 21 - Faks: 0312. 215 50 28
www.isggm.gov.tr
isggm@csgb.gov.tr

İş Sağlığı ve Güvenliği Dergisi'nin amacı iş sağlığı ve güvenliği alanında konusunda uzman kişiler tarafından yazılan derleme yazılar, makaleler, çeviriler sunarak bilgi alışverişinin sağlanması, farklı görüşlerin tartışılması ve yeni görüşlerin ortaya çıkmasına katkıda bulunulması, dünyada ve Türkiye'de sektör haberlerinin duyurulmasıdır.

Üç ayda bir olmak üzere yılda 4 sayı olarak yayımlanmaktadır.

Yayınlanan yazıların içeriği ve biçimi editörler tarafından özenle gözden geçirilmekle birlikte yazılarda belirtilen görüşler yazara aittir.

Bu derginin tüm içeriğinin telif hakkı kuruma aittir. Dergi içeriğinin tamamen ya da kısmen elektronik, mekanik, fotokopi veya başka biçimde çoğaltılması kurumun iznine tabidir.

ÇALIŞMA VE SOSYAL GÜVENLİK BAKANLIĞI
GENEL YAYIN NO: 151



Önsöz



Dünya ekonomisindeki hızlı ve baş döndürücü gelişmelerle beraber artan rekabet ortamı pek çok yeni üretim metotlarını da ortaya çıkarmaktadır. Bütün bu gelişmelerin insanoğlunun refahına hizmet etmesi düşünülürken, bahsedilen hizmetlerin üretilmesinde çalışanların da daha sağlıklı ve güvenli ortamlarda çalışmaları en önemli temel insan haklarından biri olarak kabul edilmektedir.

Bu konuda işyerlerinde çalışanların sağlık ve güvenliğinin sağlanabilmesi için tüm dünya ülkelerinde olduğu gibi ülkemizde de yıllardır devam eden mevzuat çalışmaları AB'ye uyum süreci ile birlikte önemli bir ivme kazanmıştır. AB müktesebatına uyum çerçevesinde iş sağlığı ve güvenliği mevzuatımız büyük ölçüde uyumlaştırılmış olup önümüzdeki süreçte 89/391 sayılı AB çerçeve direktifi ile ILO (Uluslararası Çalışma Örgütü)'nun ilgili çerçeve sözleşmeleri gereğince müstakil İş Sağlığı ve Güvenliği Kanunun da ulusal mevzuatımıza kazandırılması beklenmektedir.

İş sağlığı ve güvenliği mevzuatındaki son yıllardaki en önemli gelişme Risk Değerlendirmesi yaklaşımıdır. Koruyucu anlayış yerine önleyici anlayışın kabul gördüğü bu kapsamda en önemli görev işverene düşmekte olup işyerinde mevcut olan ve ortaya çıkabilecek risklerin analiz edilerek ortadan kaldırılması sağlanır. Bununla bağlantılı olarak işveren tarafından sağlanan sağlıklı ve

güvenli iş ortamında çalışanlar, işveren ile bilgi paylaşımında bulunarak bu ortamın sürekliliğini sağlamak ve iş sağlığı ve güvenliğine ilişkin ilgili kurallara uymakla yükümlüdür.

İş sağlığı ve güvenliği mevzuatının işyerlerinde benimsenmesi, uygulanması ve geliştirilmesi ve uygulanmasının takibi sadece ÇSGB (Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı)'nin görevi olmayıp bu konuda işçi ve işveren sendikaları ile bu alanda çalışan STK'lara da (Sivil Toplum Kuruluşları) çok önemli görevler düşmektedir. Bu konuda mevzuat ile oluşturulmuş olan Ülke düzeyinde iş sağlığı ve güvenliği politikalarının oluşturulması amacıyla Devlet, İşçi ve İşverenlerin temsilcilerinden oluşan Üçlü Danışma Kurulu ile Kamu Kuruluşları, İşçi ve İşveren Sendikaları ile STK'lardan teşekkül eden 25 üyeli Ulusal İş Sağlığı Güvenliği Konseyi bu alanda tüm tarafların temsil edildiği sosyal diyalog yapılarıdır.

İş sağlığı ve güvenliği alanındaki istatistikler göstermiştir ki, iş kazası ve meslek hastalıklarının büyük bir oranı küçük ve orta ölçekli işletmelerde (KOBİ) gerçekleşmektedir. Bundan hareketle İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü olarak KOBİ'lere yönelik AB projeleri hayata geçirilmiş olup önümüzdeki süreçte hizmete girecek Gezici İş Sağlığı ve Güvenliği Araçları ile işyerlerine kapılarında hizmet verilecektir. Bu çalışma ile meslek hastalıkları tespitinde önemli bir adım atılacaktır. Ayrıca İşyerlerinde İş Sağlığı ve Güvenliği Hizmetlerinin Etkinleştirilmesi projesi ile maden, inşaat ve metal sektörlerinde seçilen 5 ilde pilot olarak seçilecek 100 işyerinde iş sağlığı ve güvenliği yönetim modeli geliştirilecek ve uygulanacak olup bahsedilen 5 ilde iş sağlığı ve güvenliği konusunda işyerlerine yönelik eğitimler düzenlenecektir. Bu projelerin yanında İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğümüze bağlı İSGÜM laboratuvarlarının kapasitesi artırılmış olup Ankara ve İzmit laboratuvarları son teknoloji analiz cihazları ile donatılmıştır. İSGÜM tarafından çok farklı araştırma projeleri yürütülürken işyerlerinde iş sağlığı ve güvenliği ile ilgili işyeri ölçümleri ve analizleri yapılmaktadır.

Bütün bu çalışmalar devlet, işçi, işveren ve STK'ların işbirliği içerisinde daha sağlıklı ve güvenli işyeri ortamlarının oluşturulmasına yönelik çok önemli adımlardır. Önemli olan bu adımların, çabaların sürdürülebilir ve geliştirilebilir olmasıdır. Çünkü kaza geliyor demez ve tüm meslek hastalıkları önlenemezdir. Etkin iş sağlığı ve güvenliği hizmetleriyle çalışanları, meslek hastalıklarından yüzde yüz korumak ve iş kazalarının ise %98'ini önlemek mümkündür.

Sağlıklı ve kazasız bir çalışma hayatı için hepimize önemli görevler düşüyor.

Sağlıklı ve kazasız günler dileğiyle...

Kasım ÖZER

İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürü

ÇALIŞANLARIN SAĞLIĞININ KORUNMASINDA HOLİSTİK “TÜMELCİ” YAKLAŞIM

Prof. Dr. Nazmi BİLİR
Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi



SAĞLIĞIN KORUNMASI KAVRAMI

Çalışma hayatı ilk insanlar döneminden bu yana var olmakla birlikte, çalışanın sağlığının korunması kavramı madencilikle birlikte ortaya çıkmıştır. Önceleri bedensel güç gerektiren işlerde köleler, esirler ve suçlular çalıştırıldığı için bu kişilerin sağlığının bozulması toplumda fazla ilgi uyandırmamıştır. Ancak madenciliğin, özellikle de yer altı madenciliğinin ortaya çıkmasına paralel olarak yapılan işler "ustalık gerektiren işler" haline gelmiş, bu şekilde çalışanın sağlıklı olması önemli olmaya başlamıştır. Çalışanın sağlıklı olması önceleri işin sürekliliği bakımından önemsenmiş, ancak geçen zaman içinde bu konu temel bir insan hakkı olarak algılanmaya ve ifade edilmeye başlanmıştır.

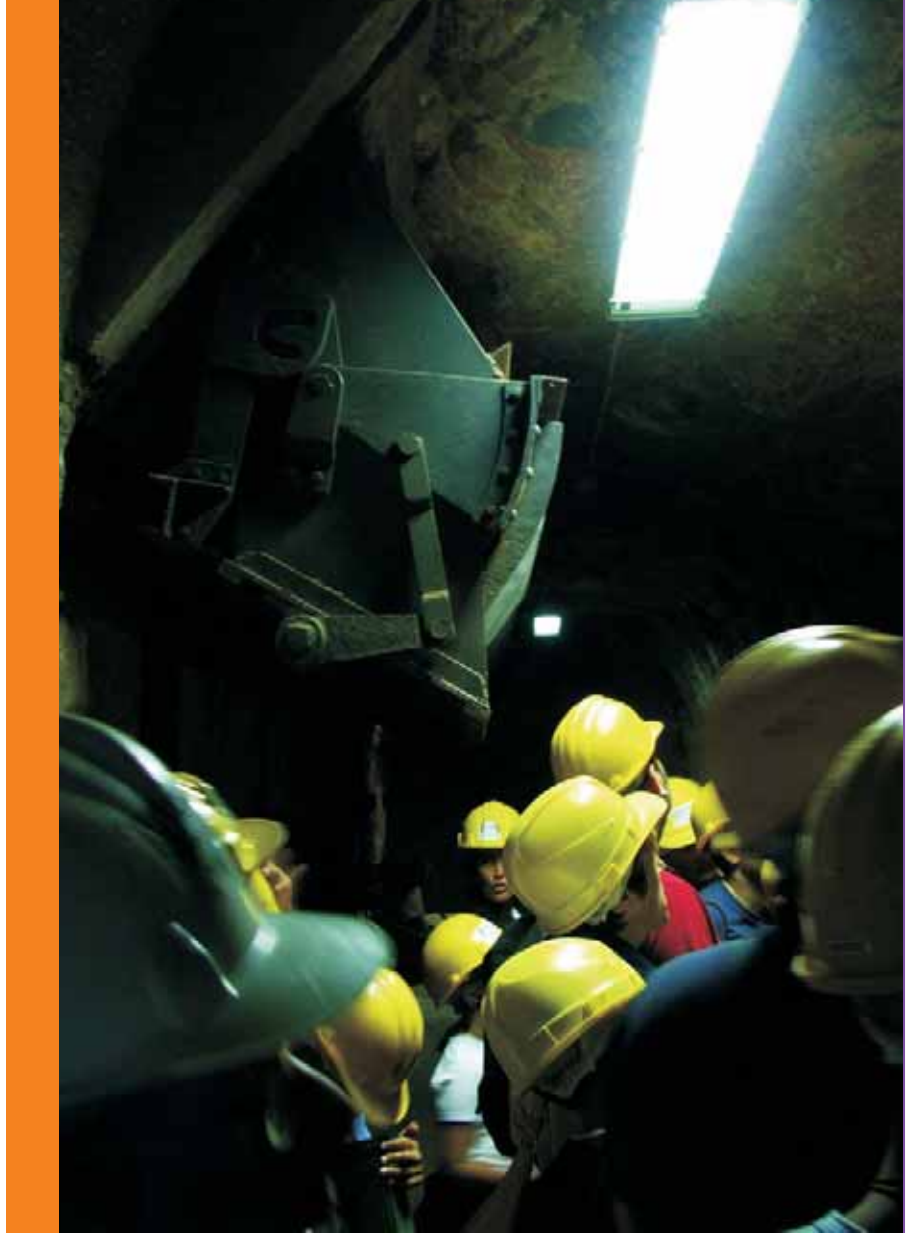
Sağlık başlıca iki temel faktörün etkisi ile belirlenir. Bunlar çevre faktörleri ve bireyin kendi özellikleridir. Bireysel özellikler olarak kişinin yaş ve cinsiyeti, genetik özellikleri, bazı davranışları önem taşır. Çevre faktörleri ise çok sayıdadır. Fiziki, biyolojik ve sosyal çevrede bulunan bütün faktörler insan sağlığı üzerinde etkilidir. Konuya çalışma hayatı açısından yaklaşıldığında çevre faktörleri olarak işyeri ortamında bulunan faktörler önem taşır. Bireysel özellikler ve çevre faktörleri olumlu ise sağlık olumlu yönde gelişir. Ancak bu faktörler arasında sağlık üzerinde olumsuz etkisi olanlar da bulunabilir. Bu olumsuz faktörlerin etkisi ile çeşitli sağlık sorunları ortaya çıkabilir.

Sağlığın korunmasında holistik (tümelci) yaklaşım, sağlık üzerinde etkili olabilecek bütün faktörlerin incelenmesini ve bu faktörler arasında sağlık üzerinde olumsuz etki yapabilecek olanlar varsa,

bunları belirlemeyi ve olumlu hale getirmeyi kapsar.

İş sağlığı ve güvenliği çalışmalarında öncelikle amaç iş kazaları ve meslek hastalıklarının önlenmesidir. Bu nedenle bu çalışmalarda yıllardan beri temel yaklaşım, işyeri ortamındaki faktörlerin kontrol edilmesi şeklinde olmuştur. Yapılan işin niteliğine göre çeşitli işyerlerinde sağlık üzerinde olumsuz etkisi olabilecek çok sayıda faktör vardır. Bu faktörlerin saptanması ve sağlığa zarar vermeyecek şekilde kontrol altına alınması çalışanların sağlığının korunması bakımından çok önemlidir.

Kimi zaman bireysel özellikler, bazı ortam faktörleri ile bir araya geldiğinde çok daha olumsuz durumlar ortaya çıkabilmektedir. Bu konuya örnek olarak asbest ve sigara etkileşimi gösterilebilir. Asbest sanayide sık olarak kullanılan bir maddedir ve akciğer kanserine neden olduğu bilinmektedir. Bu nedenle çekinilen bir maddedir ve kullanımı bakımından ciddi önlemler alınır. Sigara içilmesi de akciğer kanserine yol açan önemli bir faktördür. Ancak bu iki faktör birlikte olduğu zaman akciğer kanseri riskinde çok ciddi artma meydana gelmektedir.



Çalışanların sağlığını koruma bakımından kullanılan makinelerle diğer araç-gerecin de kazaya ve hastalığa olanak vermeyecek şekilde düzenlenmesi önem taşır. Ancak geçtiğimiz 10-20 yıl içerisinde çalışanın sağlığı üzerinde bireysel özelliklerin de çok önemli etkisi olduğu ve sağlığın korunması çalışmalarında bu özelliklerin de dikkate alınması gerektiği konusu gündeme gelmiştir. Hatta bu yaklaşımla sağlığın korunmasından daha ileri bir aşama olmak üzere çalışanın sağlığının geliştirilmesi (health promotion) konusu da gündeme getirilmiştir.

İŞYERİ ORTAM FAKTÖRLERİ VE RISK YAKLAŞIMI

(a) Risk kavramı ve risk yaklaşımı

İşyerlerinde sağlık üzerinde etkili çok sayıda faktör vardır. Bu faktörler arasında kimyasal faktörler en büyük bölümü oluşturur. Bununla birlikte işyerlerinde sıcaklık, gürültü, radyasyon, titreşim gibi fiziksel faktörler, çeşitli tozlar ve mikroorganizmalar da bulunabilir. İşyerinde bulunan bu faktörlerin saptanması ve kontrol edilmesi çalışanların sağlığının korunması bakımından uzun zamandan beri iyi bilinen ve giderek geliştirilen bir yaklaşımdır. Bu çalışmalar son yıllarda "risk yaklaşımı, risk değerlendirilmesi, risk yönetimi, risk iletişimi..." gibi kavramlarla ifade edilmeye başlanmıştır.

Çalışma hayatında risk yaklaşımı kapsamlı ve sistematik bir çalışmayı gerektirir. Bu çalışmalar sonucunda risklerin değerlendirilmesi yapılır.

İşyerinde risk değerlendirmesi yapıldıktan sonra söz konusu risklerin yönetimi ve risklerle ilgili iletişim çalışmaları yapılmalıdır.

Sağlık üzerinde olumsuz etki yapma potansiyeline sahip faktör(ler)e "tehlike" (hazard) adı verilir. Tehlike kavramı evrensel bir anlam taşır ve herhangi kişi için söz konusu olabilir. Bu tehlikeye maruz kalma olasılığı gündeme geldiğinde ise "risk" (risk) kavramından söz edilir. O halde sağlığa zarar verebilecek etkinin kaynağı tehlike, bu faktörden etkilenme ve bu etkilenme sonucunda bir sağlık sorunu gelişmesi olasılığı ise risk olarak bilinmelidir.

Hem iş ortamında hem de genel olarak yaşadığımız çevrede sağlığımız üzerinde olumsuz etki yapma potansiyeli olan çok sayıda faktör (tehlike) vardır. Ama bu faktörlerden bir veya birkaçı ile karşılaşma olasılığı söz konusu olduğunda risk kavramından söz edilir. Örneğin madenlerde grizu patlaması tehlikesi vardır, ancak madende bulunmayan bir kişinin bu tehlikeye maruz kalma olasılığı söz konusu olmadığından, bu kişi için herhangi bir risk söz konusu değildir. Buna karşılık grizu patlama tehlikesi madende çalışanlar için risk oluşturur.

(b) Risk değerlendirilmesi

Risk değerlendirilmesi birkaç aşamalı bir çalışma şeklinde yapılır. Öncelikle çalışma ortamındaki tehlikelerin tanımlanması (hazard identification) gerekir. Yüzlerce değişik faktörden hangilerinin işyeri ortamında var olduğu belirlenmelidir. Bunun için işin niteliğine göre, kullanılan maddeler, işlemler, makine ve araç-gereçlerin neler olduğu, ürün(ler), atıklar, depolama, nakil ... gibi çeşitli aşamalarda

hangi tür tehlikelerin bulunduğu saptanır. İkinci aşama olarak bu faktörlerin miktarı, ortamdaki düzeyi gibi özellikler saptanmalıdır. Bu aşamada ölçümlerin yapılması esastır. Daha sonra bu faktörlerin kaç kişiyi etkilemekte olduğu, hangi tür etkilenmenin olabileceği, olası sağlık sorunları belirlenmelidir. Son olarak da bu faktörlerin kontrolü bakımından ne tür yaklaşımların söz konusu olduğu, hangi uygulamaların yapılması gerektiği, varsa alternatif uygulamalar ortaya konmalıdır. Olanak varsa bu değerlendirmede çeşitli koruyucu uygulamaların ekonomik yönünün de belirtilmesi yararlıdır. Görüldüğü gibi risk değerlendirilmesi çeşitli bilim alanlarından yararlanılarak yapılan teknik bilimsel içerikli bir çalışmadır. Bu çalışmalar sırasında epidemiyolojik yöntemlerden de önemli şekilde yararlanılır.

Risk yaklaşımında ilk adım ortamda hangi sağlık ve güvenlik tehlikelerinin bulunduğu belirlenmesidir.

(c) Risk yönetimi ve risk iletişimi

Risk değerlendirilmesi çalışmalarının teknik içerikli olmasına karşılık risk yönetimi ve risk iletişimi daha çok politik içerikli bir yaklaşımdır. Risk yönetimi, risk değerlendirilmesi çalışmalarının sonucunda ortaya konulan çeşitli uygulamalar arasından en uygun olanını seçmek anlamına gelir. Risk iletişimi ise elde edilen bilgilerin çalışanlarla ve toplumla paylaşılması demektir. Risk yönetimi konusunda karar verebilmek için iyi bir risk değerlendirmesi çalışmasına ihtiyaç vardır. Sonuçta karar verme durumunda olanlar değişik uygulamalar arasından en uygun olanı seçerken ekonomik koşulları da göz önünde bulundurmak durumundadır. Ancak koruyucu önlemler konusunda karar verirken ülkede mevcut yasal düzenlemelerin de dikkate alınması gereklidir. Koruyucu uygulamalar

konusunda karar verilip uygulamaya geçildikten sonra da bu uygulamaların sonucunun izlenmesi ve gelişmelerin değerlendirilmesi amacı ile yeni çalışmaların yapılması gerekir.

Risk değerlendirmesinin teknik bir çalışma olmasına karşılık risk yönetimi bir politika kararı gerektirir.

Risk iletişimi konusunda toplumla iletişim yöntemlerinden yararlanılır. Bu amaçla medya organlarının katkısı da alınabilir. Burada önemli olan mevcut durumun net olarak kişilere açıklanmasıdır.

Gerçek durumu abartarak iletmek toplumda gereksiz bir huzursuzluk ve panik yaratılmasına yol açarken, konuyu gerçekte olduğundan az göstermek de güven kaybına neden olur. Bu konuda açıklama yapılırken bilimsel ve teknik terimlerin kullanılmaması, olabildiğince yalın ve anlaşılır ifade ile durumun açıklanması gerekir.

Sonuç olarak risk yaklaşımı kesintisiz bir süreçtir ve sürekli olarak birbirini izleyen çalışmalar şeklinde devam etmelidir.

Riskler ve koruyucu yaklaşımlar ortaya konduktan sonra uygulamaların sonuçları yeniden değerlendirilir, gerekiyorsa uygulamalarda değişiklik yapılması yoluna gidilebilir.

BİREYSEL ÖZELLİKLER

Sağlığımız üzerinde etkili olan ikinci büyük grupta kişilerin bireysel özellikleri vardır. Bireysel özellikler arasında yaş ve cinsiyet pek çok sağlık sorunu bakımından temel bir belirleyici olmakla birlikte değiştirilmesi olanaklı değildir. Bu nedenle bireysel özellikler arasında değiştirilmesi ve olumlu hale getirilmesi mümkün olan faktörlerin üzerinde durulması daha anlamlıdır.

Bu kapsamda sağlık üzerinde olumsuz etki yapan davranışlardan uzak durulması, buna karşılık sağlıklı geliştirici davranışların edinilmesi önemlidir.

Sağlığın geliştirilmesi (health promotion) kavramı ve sağlığı geliştiren uygulamalar konusu geçtiğimiz 20 yıl içinde giderek artan bir önemle ele alınmaktadır. Bu çalışmalar çalışma yaşamı bakımından önem taşıdığı gibi genel yaşam açısından da yararlı uygulamalardır.

Sağlığın geliştirilmesi bakımından başlıca 3 temel uygulama üzerinde durulmaktadır. Bunlar sağlıklı beslenme, egzersiz yapma ve sigara başta olmak üzere sağlığa zararlı davranışlardan uzak durmaktır. Bu 3 temel davranışa kimi zaman streten uzak kalınması da eklenmektedir.

Sağlıklı yaşamın üç temel ilkesi uygun beslenme, egzersiz yapma ve sigara içmeme olarak ifade edilmektedir.

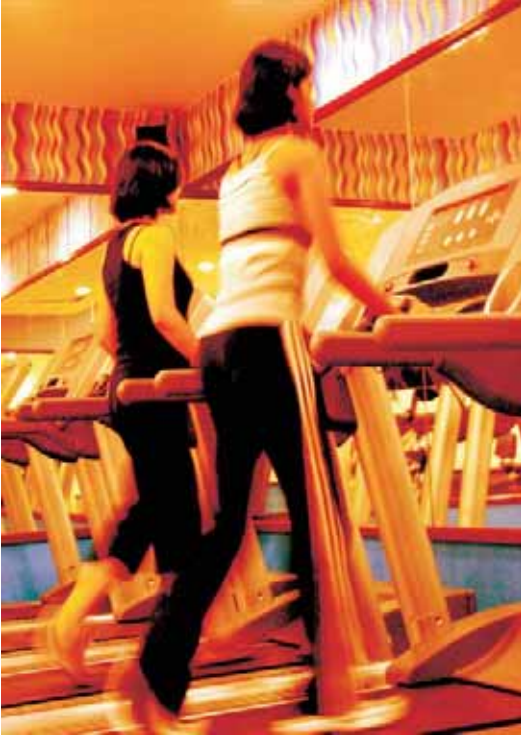
(a) Sağlıklı beslenme:

Beslenme insanların en temel gereksinimlerinden birisidir. Yaşamın sürdürülmesi için beslenme bir zorunluktur. Ancak beslenmenin alınan kalori miktarı olarak "yeterli" ve çeşitli besin öğeleri bakımından da "dengeli" olması esastır. Gereğinden fazla kalori alındığında kilo artışı olur, şişmanlık ortaya çıkar, aksine yetersiz beslenme durumunda da zayıflama olur. Çeşitli besin öğeleri olarak da hayvansal ve bitkisel kaynaklı besinlerden, protein, yağ ve karbon hidrat grubu yiyeceklerden belirli oranlarda alınması, yeteri kadar sebze ve meyve tüketilmesi, yeterli miktarda su ve diğer sıvıların içilmesi gereklidir. Bütün besin elemanlarının da günün değişik dönemlerinde öğünler şeklinde tüketilmesi esastır. Öğün atlamak, bazı besin öğelerinden yeteri kadar almamak, sebze ve meyveleri yeterinden az tüketmek, gereğinden az sıvı almak çeşitli sağlık sorunlarının oluşması bakımından önem taşır. Sağlıklı kişiler için olan düzenli beslenme programının yanı sıra sağlık sorunu olan kişiler açısından mevcut sağlık sorununa göre uygun beslenme programları düzenlenmelidir.



Şekil 1. Risk Yaklaşımı Çalışmaları





(b) Egzersiz yapma:

Hareketsiz yaşam süren kişilerde koroner kalp hastalığı, şişmanlık, diyabet, osteoporoz, kas-iskelet sistemi hastalıkları gibi çeşitli hastalıkların ortaya çıkması olasılığı daha yüksektir. Bu nedenle düzenli olarak egzersiz yapılması önem taşımaktadır. Sağlıklı yaşam için egzersizden söz edilirken günlük yaşam aktiviteleri içindeki hareketlerden ayrı olarak yapılan hareketler ifade edilmektedir.

Bu egzersiz için bazı özel koşulların olması gerekli değildir. Egzersiz açısından çeşitli yöntemler olmakla birlikte en kolay şekli ile yürüyüş yapmak iyi bir egzersiz olabilir. Ancak bu yürüyüşün nabız sayısını artıran şekilde "tempolu" bir yürüyüş olması esastır. Dakikada 110 - 120 adımlık bir yürüyüş hızı uygun bir tempodur. Bu şekilde haftada 3 - 4 gün ve her defasında 30 - 45 dakika süreli bir yürüyüş sağlıklı yaşam aktivitesi olarak uygun bir yürüyüş şeklidir. Ancak bu egzersiz programının sağlıklı kişiler için olduğu akıld tutulmalı, herhangi sağlık sorunu olan kişiler doktor kontrolünden geçtikten sonra kendileri için uygun egzersiz programına başlamalıdır.

(c) Sigaradan uzak durma:

Beslenmenin temel bir gereksinim olmasına karşılık sigara yaşamsal bir gereksinim değildir. İnsanlar sigara içmeyen bireyler olarak dünyaya gelir, bu davranışı sonradan edinirler. Öte yandan beslenme ve egzersiz düzenli ve uygun olarak yapıldığında insan sağlığı üzerinde olumlu, geliştirici etki yaparken, sigara kullanımı için böyle bir ifade kullanmak mümkün değildir; sigara kullanımının sağlık üzerinde herhangi olumlu etkisi yoktur. Hangi miktarda kullanılırsa kullanılsın sigara her dozda sağlık üzerinde olumsuz etki yapar.

Beslenme ve hareket ilk çağlardan beri insan yaşamının içindedir, oysa tütün kullanımı daha sonra insanların yaşamına girmiştir. Tütün kullanımının yaygınlaşması Amerika kıtasının keşfinden sonra olmuştur. Amerika yerlileri tarafından değişik amaçlarla kullanılmakta olan tütün Amerika'nın keşfini izleyen dönemde önce Avrupa'ya getirilmiş, sonra da bütün dünyaya yayılmıştır. Önceleri tütünün zararları bilinmediği için tütün kullanımının yaygınlaşmasında sakınca görülmemiş, hatta tütün kullanımı teşvik edilmiştir. Fransız elçisi Jean Nicot tarafından kraliçeye sunulan tütünün kraliçenin baş ağrısı üzerinde olumlu etki yapması nedeniyle elçi kraliçe tarafından ödüllendirilmiştir. Ondokuzuncu yüzyıl sonlarında fabrikalarda sigara üretiminin başlamasından sonra sigara kullanımı hızla yayılmıştır. Tütün kullanımının sağlık üzerindeki olumsuz etkileri 1950'li yıllarda ortaya konmuş, tütün karşıtı çabalar da 1960'ların ortalarında başlamıştır. Tütün ürünleri en fazla sigara şeklinde kullanılmaktadır. Tütün ve sigara kullanımı insan sağlığı bakımından ciddi olumsuz etkilere yol açar. Sigara içenlerin

yarısı sigaranın neden olduğu sağlık sorunları nedeni ile ölürlr ve bu sağlık sorunları arasında da 3 tanesi en fazla görülen ölüm nedenleridir. Bunlar akciğer kanseri, koroner kalp hastalığı ve kronik bronşittir. Bu üç temel ölüm nedeni dışında en az 10 değişik kanser sigara kullanımı ile ilişkilidir. Ayrıca çeşitli kalp ve solunum sistemi hastalıkları ile mide-barsak hastalıkları, beyin ve sinir sistemi hastalıkları, kas ve iskelet sistemi hastalıkları sigara içenlerde daha sık olarak görülmektedir. Bu hastalıklar bir yandan insanların ölümüne yol açarken, öte yandan da yaşam kalitesi üzerinde olumsuz etki yaparlar.

Tütün kullanımının olumsuz etkileri sağlık sorunları ve ölümlerle sınırlı değildir. Sigara kullanımı çevre kirliliği ve yangınlar bakımından da önem taşır. Belediyelerin itfaiye müdürlükleri kayıtlarına göre yangınların yarısı, hatta kimi yerlerde yarısından fazlası sigara nedeni ile meydana gelmektedir.

Sigara kullanımı ayrıca hem aile bütçesi, hem de ülke bütçesi bakımından çok ciddi bir ekonomik yük oluşturur. Ülkemizde sigara içen ve sayıları 20 milyon dolayında olan kişilerin sigara satın almak için harcadıkları paranın yıllık tutarı 25 milyar YTL dolayındadır. Bu miktar Sağlık Bakanlığı bütçesinin 4 katı kadardır. Bu tutara sigaranın neden olduğu hastalıkların tanı ve tedavisi için yapılan harcamalar ve bu sağlık sorunları nedeniyle olan işgücü ve üretim kaybı da eklendiğinde ekonomik boyut çok daha büyük olmaktadır.

İnsan sağlığı bakımından en zararlı etken sigaradır. İşyeri ortamındaki ve genel çevredeki hiçbir faktör sağlık açısından sigara kadar zararlı değildir.



1. İş Sağlığı ve Güvenliği; N. Bilir, A.N. Yıldız, Hacettepe Üniversitesi Yayınları, Ankara, 2004.
2. Encyclopedia of Occupational Health and Safety; ILO, Geneva, 1998.
3. Occupational Health Practice; H. A. Waldron, C. Edling, Oxford University Press, London, 2001.
4. Oxford Textbook of public Health; Ed.: R. Detels, J. McEwen, R. Beaglehole, H. Tanaka, Oxford University Press, 2002.
5. Bilir N., İş Sağlığı ve Güvenliğinde Çağdaş Bir Yaklaşım: Risk Değerlendirilmesi ve Risk Yönetimi, İş Sağlığı ve Güvenliği Dergisi, (2005) sayı 25, sayfa 9-11.
6. Bilir N., İşyerlerinde Önlenebilir bir Risk; Sigara, İş Sağlığı ve Güvenliği Dergisi, (2005) sayı 24, sayfa 5-7.

Sağlığın korunması bakımından sigara kullanımından uzak kalınması da son derecede önemlidir. Çalışma ortamı ve işyerleri etkili sigara mücadelesi bakımından çok uygun ortamlardır.

İşyerlerinde çalışanlar organize bir topluluk şeklinde oldukları için bu gruplara yönelik eğitim çalışmaları ve sigara bırakma etkinlikleri daha başarılıdır.

SONUÇ:

İnsanlar sağlıklı olarak dünyaya gelirler. Sağlık hizmetlerinin amacı sağlıklı olarak doğan bireyleri sağlıklı yaşatmaktır. Sağlıklı olan kişi uzun yaşar ve verimli bir çalışma hayatı sürdürür. Çalışma hayatına giren kişiler de işe girerken sağlıklı durumdadır. Bu kişilerin de yaşamlarını sağlıklı olarak sürdürmelerini sağlamak gerekir. Bu hem insani bir ödevdir, hem de yasal bir sorumluluktur. Bu yasal sorumluluk çalışanları yalnızca işyeri ortamındaki risklerden korumakla sınırlı değildir. İnsan sağlığı bir bütün olduğuna göre çalışanları, sağlık üzerinde olumsuz etki yapabilecek her türlü etkenden korumak gerekir. Bu amaçla işyeri ortamındaki sağlık ve güvenlik tehlikeleri saptanmalı ve kontrol altına alınmalıdır. Bunun yanı sıra çalışanların bireysel özellikleri de öğrenilmeli, bu özellikler arasında sağlık üzerinde olumsuz etkisi olabilecek bir davranış söz konusu ise bu durumun da düzeltilmesi için çaba gösterilmelidir. Yukarıda da ifade edildiği gibi işyerleri bu tür koruyucu etkinlikler için uygun ortamlardır ve çalışanlara yönelik yapılacak çalışmaların başarı oranı daha yüksektir. Çalışanların sağlıklı olması verimliliğin yükselmesi ve üretimin artması bakımından da olumlu etkiler yapacaktır.

Çalışanların sağlığının korunması bakımından tümelci yaklaşım, sağlık üzerindeki her türden olumsuz faktörleri saptamayı ve bunları olumlu hale getirme amacı ile çalışmayı içerir. Çalışanların sağlığının korunmasında gerçek başarı ancak bu yolla sağlanabilir.



ÇALIŞAN GENÇLERİN İŞYERİNDE KORUNMASI

Sakine OVACILI

İSG Uzmanı, İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

Çalışan gençlerin, özellikle deneyim, eğitim ve bilinç yetersizliği, onların risk altında bulunmalarına sebep olmaktadır. Çevrelerinden alabilecekleri önerilere, bilgilere, hedefleri ve kararları ile ilgili gözetime ve tabii ki bunların yanında kendilerine uygun güvenli ve sağlıklı işlere ihtiyaçları vardır. Mesleki eğitim ve staj programları kapsamında olan veya okula ya da üniversiteye devam ederken kalan zamanını çalışmaya ayıran

18 yaşın altındaki gençlerin, çalışma saatleri içerisinde tehlikelere maruz kalmalarıyla ilgili olarak uyulması gereken çok daha belirleyici düzenlemeler bulunmaktadır. Bu bülten, özellikle genç çalışanlar için işyerinde sağlık ve güvenlik koşullarının sağlanmasıyla ilgili yükümlülükleri anlatmaktadır. Diğer bültenlerimizde ise; işverenlere, gözetmenlere, gençlere ve ebeveynlere yönelik öneriler bulunmaktadır.

Mevzuat – Herkes İçin Koruma

Tüm işyerlerinde, herkesi koruma kapsamına alan iyi bir sağlık ve güvenlik yönetim sistemi bulunmalıdır. Bu sistemde, çalışan gençlerin ve işe yeni başlayanların hassas durumlarına, özel bir dikkat gösterilmelidir.

İşverenlerin, yaşı ne olursa olsun tüm çalışanlarına karşı sorumlulukları, aşağıdakileri içermelidir:

- > Tehlikeleri belirlemek ve risk değerlendirmesi yapmak¹: Bu değerlendirme, sadece tam zamanlı çalışan gençler için değil, aynı zamanda hafta sonları veya tatillerde yardım etmeleri için işe alınan gençler ve mesleki eğitim ya da iş deneyimi kazandırma amaçlı yerleştirme programları kapsamında çalışan gençler için de yapılmalıdır.
- > Yapılan risk değerlendirmesi temel alınarak, sağlık ve güvenliğin sağlanmasına yönelik düzenlemeler yapmak: Bu düzenlemeleri yaparken insan kaynakları ajanslarıyla, iş deneyimi oluşturma amaçlı istihdam sağlayan kuruluşlarla ve mesleki eğitim kuruluşlarıyla işbirliği yapılmalı, genç çalışanların ve işe yeni başlayanların ihtiyaçları göz önünde bulundurulmalıdır.
- > Özel gözetim düzenlemelerini de içine alan bir organizasyon sağlamak ve gözetmenlere görevlerini rahatlıkla yerine getirebilmeleri için gerekli zamanı ve yetkiyi vermek,
- > Hassas bireyler için (buna genç çalışanlar ve işe yeni başlayanlar da dahildir) öngörülen özel tedbirleri belirlemek ve genç çalışanlarla ilgili yasakları, örneğin tehlikeli ekipmanların kullanımı ile ilgili olanları açıkça tanımlamak,
- > Çalışanların işlerinde karşılaşılabilecekleri olası riskler ve benimsenmiş olan önleyici tedbirlerle ilgili olarak çalışanları bilgilendirmek,

- > Yeni işe alımlar, verilen işlerde meydana gelen değişiklikler ya da işyerindeki değişiklikler sırasında çalışanlara yeterli eğitim, yönlendirme ve bilgilendirmeyi sağlamak,
- > Özellikle hassas risk gruplarındakileri (bu gruplara genç çalışanlar da dahildir), kendilerini etkileyebilecek tehlikelerden korumak,
- > Çalışanların ve temsilcilerinin görüşlerini almak, onların da sağlık ve güvenlikle ilgili incelemelere katılmalarını sağlamak, çalışan gençleri de bu süreçlere dahil etmek ve çalışan gençlere yönelik düzenlemeler konusunda işçi temsilcileri ile işbirliği yapmak.

Mevzuat – 18 Yaşın Altındakiler İçin Koruma²

Genç çalışanlar işe başlamadan önce, işyerinde bir risk değerlendirmesi yapılmalıdır. Bu risk değerlendirmesi, işyerini; fiziksel, kimyasal ve biyolojik ajanları; iş ekipmanını ve bu ekipmanın kullanımını; iş süreçlerini, işlemleri ve organizasyonu; eğitim ile yönlendirme çalışmalarını içine almalıdır.

Genel kural olarak onsekiz yaşın altındaki gençlerin aşağıda belirtilen işleri yapmasına izin verilmemelidir:

- > Kendi fiziksel ya da zihinsel kapasitelerini aşan işler,
- > Zehirli olma özelliğine sahip ya da kansere sebep olan işler,
- > Radyasyon maruziyeti gerektiren işler,
- > Aşırı ısı, gürültü ya da titreşim içeren işler,

- > Gençlerin deneyimsizlik ya da güvenliğe yeterli dikkati göstermemek gibi nedenlerle gözden kaçırabilecekleri türden riskleri içeren işler.

Onsekiz yaşın altında olup da, asgari okuldan ayrılma yaşını geçmiş olanlar ise; çok özel koşullar altında yukarıda belirtilen işleri yapabilirler. Bu koşullar şöyle sıralanabilir:

- > Yapılan işin mesleki eğitimin bir parçası olduğu durumlar,
- > Çalışmanın yetkin bir kişinin gözetiminde gerçekleştirildiği durumlar,
- > Risklerin mümkün olan en düşük düzeye getirildiği durumlar.

Riski kontrol etmek için ne tür tedbirler alınırsa alınsın, yine de önemli ölçüde bir risk söz konusu oluyorsa, genç çalışanların bu işi yapmasına izin verilmemelidir.

Çalışan gençlerin çalışma saatleri ile ilgili olarak da birtakım sınırlamalar vardır. Ayrıca, diğer çalışanlarla karşılaştırıldığında, genç çalışanlara daha fazla dinlenme süresinin ayrıldığı ve genellikle gençlerin gece çalışmasına izin verilmediği görülmektedir.

13 yaşın üzerindeki okul çağı çocukları: Ulusal asgari okuldan ayrılma yaşının altındaki çocukların çalışmasının serbest olduğu bazı Üye Devletlerde; çalışma saatleri, gece çalışması, çalışma kategorileri ve yaşa bağlı olarak gerekli görülen dinlenme süreleri ile ilgili katı sınırlamalar bulunmaktadır.

Ayrıca bu çocuklar, ulusal asgari çalışma yaşını geçmiş olsalar bile, sadece "hafif" işlerde çalışabilirler. Okul çağı çocuklarının ebeveynleri ya da yasal velileri,

çocukları işe başlamadan önce, işyerinde yapılan risk değerlendirmesinin sonuçları ve çocuklarının güvenliğini yakından ilgilendiren güvenlik tedbirleri konusunda bilgilendirilmelidirler.

Güvenlikle ilgili kesin yükümlülükler, iş türleriyle ilgili yasaklar, çocukların çalışma yaşı, çalışma saatleriyle ilgili sınırlamalar ve yetki alma yükümlülüğüyle ilgili olarak lütfen ulusal mevzuatımıza bakınız. Ulusal mevzuatımıza; <http://isggm.calisma.gov.tr> adresinden ulaşabilirsiniz.

Çalışanların Hakları

Gençler de dahil olmak üzere, tüm çalışanlar aşağıdaki haklara sahiptir:

- > İşyerindeki tehlikeler, kendi güvenliklerini sağlamak için yapılması gerekenler ve bir kaza ya da acil durum anında ne yapmaları gerektiği konularında bilgisahibi olmak,
- > Bu konularla ilgili olarak yaptıkları işe özgü ve ücretsiz bilgi, yönlendirme ve eğitim almak,
- > Ücretsiz koruyucu donanım almak,
- > Sorular sormak, güvenli olmayan koşul ve uygulamaları bildirmek ve işverenler tarafından görüşmelerinizin alınması yoluyla güvenlikle ilgili konulara dahil olmak.

Eğer, çalışan bir gencin işiyle ve kendisinden yapılması istenen görevlerle ilgili herhangi bir konuda güvenlik açısından endişeleri varsa, bunu gözetmenine aktarmak hakkıdır. Ayrıca, güvenli olmayan bir işi yapmayı reddetme hakkı da vardır.

Çalışan bir gencin, sadece patronu istediği veya diğerleri sorgulamadan yaptığı için tehlikeli bir işi yapması gerekmez.

Çalışanların Sorumlulukları

Güvenlik, işbirliği gerektiren bir süreçtir. Her ne kadar tehlikelerin belirlenmesi ve önleyici tedbirlerin alınması işverenin sorumluluğunda olsa da, çalışanların da bazı yükümlülükleri vardır. Kanuna göre; gençler de dahil olmak üzere tüm çalışanlar, kendilerinin ve diğerlerinin güvenliğine dikkat etmeli, sağlık ve güvenliği ilgilendiren konularda işverenleriyle işbirliği içinde olmalıdırlar.

Örneğin;

- > Ekipmanların, makinelerin, eldiven ya da maske gibi kişisel koruyucu donanımların ve güvenlik araçlarının kullanımı gibi konular da dahil olmak üzere, tüm güvenlik kurallarına ve talimatlarına uymalı, eğitimleri takip etmelidirler.
- > Sağlık ve güvenliği ilgilendiren tehlikeleri gözetmenlerine bildirmelidirler.

Genç çalışanların güvenliği ile ilgili daha ayrıntılı bilgiye, Ajans'ın web sitesi olan <http://ew2006.osha.eu.int> adresinden; önleyici yaklaşımla ilgili önerilere, belirli riskler ve işyerleri için seçilmiş iyi uygulama örneklerini içeren bağlantılara <http://osha.eu.int/> adresinden ulaşabilirsiniz.

Önerilerle ilgili kaynaklar ulusal makamları, sendikaları ve ticaret kuruluşlarını da içermektedir.

İş yerindeki gençlerin korunması ile ilgili Konsey Direktifi 94/33/EC'nin tam metnine ise;

<http://osha.eu.int/data/legislation/18> adresinden ulaşabilirsiniz.

Söz konusu direktif sadece asgari düzeydeki standartları belirlemektedir, bu yüzden ulusal mevzuatınızın ve klavuzlarınızın öngördüğü yükümlülükleri kontrol ediniz.

Kaynaklar

- (1) Tehlike, bir hastalığa ya da yaralanmaya sebep olabilecek herhangi birşey olabilir. Risk ise bu tehlikenin gerçekleşme olasılığıdır.
- (2) İşyerindeki gençlerin korunması ile ilgili Konsey Direktifi 94/33/EC asgari yükümlülükleri belirlemektedir ve içinde bulunduğunuz Üye Devlet'in yasaları, çocukların asgari çalışma yaşı ve yasaklanan görevler gibi konularda daha sınırlayıcı olabilir.

<http://osha.eu.int>

İŞÇİ SAĞLIĞI, İŞ GÜVENLİĞİ HİZMETLERİNDE HEMŞİRELİK HİZMETLERİNİN ÖNEMİ

Nazlı GÖKDEMİR

Esenyurt Devlet Hastanesi, İstanbul, Hemşire

Doç. Dr. Ali Naci YILDIZ

Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Ankara

Temel sağlık hizmetleri doğrultusunda ele alınması gereken iş sağlığı konusu giderek önem kazanmaktadır. İşçi sağlığı, çalışanların bedensel, ruhsal ve sosyal iyilik durumunun sağlanması, çalışma koşulları nedeni ile çalışanların sağlığının bozulmasının önlenmesi, işin işçiye, işçinin işe uyumluluğunu sağlayan kapsamlı bir hizmettir. Çalışan, toplumun bir parçasıdır; ailesi ve çevresiyle bir bütündür. Sağlıklı bir çalışan sağlıklı bir çevre ve sağlıklı bir toplum demektir.

Ülkemiz sanayileşme yolunda ilerleyen ülkelerden biridir. Buna bağlı olarak endüstri ilerlemekte, makineleşme artmaktadır. Bu süreç çalışan sayısının artmasına, çalışan sağlığını ve güvenliğini tehdit edici faktörlerin giderek çoğalmasına sebep olmaktadır. Çalışanların, işyerlerinde korunmasını zorunlu kılan meslek hastalıkları, iş kazaları ve bu nedenlerle işe devamsızlık durumları, bir ülkenin iş sağlığı hizmetlerinin değerlendirilmesinde ele alınan önemli ölçütlerdir. İş sağlığı hizmetlerinin bu kadar değerli olmasının yanında dünyadaki 3 milyar çalışanın sadece %10-15'i iş sağlığı hizmetlerinden yararlanabilmektedir.^{1,2}

Türkiye İstatistik Kurumunun 25 Mart 2008 tarihinde yayınladığı "İş Kazaları ve İşe Bağlı Sağlık Problemleri" konulu araştırmada her 100 çalışandan 2,9'u son bir yılda iş kazası geçirmiştir. Her iş saatinde 88 iş kazası gerçekleşmiştir.³ Sosyal Güvenlik Kurumu'nun yayınladığı verilere göre; 2005 yılında işlemleri tamamlanmış iş kazaları sayısı 73.923, meslek hastalıkları sayısı ise 519'dur.⁴ 2006 yılı verilerinde ise iş kazası sayısı 79.027'dir. Bu kazaların sonucunda 2006 yılında geçici iş göremezlik süresi ise 1.845.451 gündür.⁵ Veriler işçi statüsünde sigortalı olarak çalışan bireyleri kapsamaktadır. Sadece işçi statüsünde çalışan değil tüm meslek gruplarında çalışan ve ayrıca herhangi bir sosyal güvenceye tabii olmayan çalışanlar düşünüldüğünde bu sıklıkların artabileceği göz önünde bulundurulmalıdır.

İş sağlığı ve güvenliği işyerlerindeki çalışma koşullarının sağlık ve güvenlik içinde olmasını temin eden ve sonucunda iş kazaları ile meslek hastalıklarını önlemeyi, sağlığı geliştirmeyi amaçlayan bir bilimdir. İş sağlığı ve güvenliğinin geliştirilmesi ve sürekli yenilenmesi bir ülkenin toplum sağlığı, endüstriyel ve



ekonomik gelişimi için gözardı edilemeyecek bir ihtiyaçtır. Bunu sağlamak için iş sağlığı alanında uzmanlaşmış sağlık personeline ihtiyaç vardır.⁶

İş sağlığı hizmetlerinin sürdürülmesinde temel ilkelerden biri ekip hizmetidir. Vazgeçilmez iş sağlığı ekibi; hekim, hemşire, iş güvenliği uzmanıdır. Başlıca tıp fakülteleri olmak üzere üniversitelerde mezuniyet öncesi lisans düzeyinde ve mezuniyet sonrası yüksek lisans ve doktora düzeylerinde iş sağlığı eğitimleri verilmektedir.^{6,7} Disiplinler arası çalışma gerektiren iş sağlığı hizmetlerinde hemşire, işyeri organizasyonları

içinde çalışma ortamını ve çalışan bireyi iş sürecindeki değişikliklerle birlikte gözlemleyebilecek ve nedene yönelik girişimleri planlayarak başlatabilecek en uygun kişidir.^{8,9}

Amerikan İşçi Sağlığı Hemşireler Derneği tanımına göre işçi sağlığı ve güvenliği hemşiresi iş yerinde işçilerin sağlığının korunmasında hemşirelik ilkelerini uygulayan kişidir.

İşçilerin sağlığının korunması, erken tanı, hasta ve yaralı sağaltımı, rehabilitasyon görevleri arasındadır. Sağlık eğitimine, çevre sağlığı hizmetlerine, insan ilişkilerinin gelişmesine katkıda bulunur.¹⁰

İşyeri hemşireliği, bireylerin ve grupların verimliliğinin artması ve sağlığının iyileştirilmesi, korunması ve geliştirilmesi için genel sağlık yöntemleri ve hemşirelik pratiğinin uygulanmasıdır. İşyeri hemşiresinin işi hastanede ya da hasta başında değil, tam tersine işçilerin çalıştığı işyerindedir.

Bu çalışma ortamı, işyeri hemşiresine hizmet açısından daha geniş bir bakış açısı ve onun kapasitesinin gelişmesi için de sınırsız bir olanak sağlar. Çünkü o, işini geleneksel hastalar üzerinde değil, bizzat işçilerin çalışmakta olduğu işyerinde yapacaktır. Yapacağı iş, sağaltıcı ve rehabilite edici hizmetleri de içermekle birlikte, daha çok geliştirici ve koruyucu hizmetlere yöneliktir.¹¹ Gelişmiş ülkelerde nitelikli bir iş sağlığı hizmeti vermek için 300 işçiye 1 hemşire düşmektedir. İkinci Dünya Savaşı yıllarında Amerika Birleşik Devletleri'nde lisanslı işyeri hemşire sayısı 30.000, işyeri hemşiresi sayısı yaklaşık 4000'dir.¹⁰

Ülkemizde 10.06.2003 tarihli ve 25134 sayılı Resmi Gazete'de yayımlanarak yürürlüğe giren 22.5.2003 tarihli ve 4857 sayılı İş Kanununun 81 inci maddesine dayanılarak çıkarılmış olan "İşyeri Sağlık Birimleri ve İşyeri Hekimlerinin Görevleri ile Çalışma Usul ve Esasları Hakkında Yönetmelik" düzenlemelerine göre; İşverenler, elli ve daha fazla işçi çalıştırılan işyerlerinde bir sağlık birimi kurmak zorundadırlar. Sağlık biriminde tam gün çalışacak en az bir işyeri hemşiresi veya sağlık memuru görevlendirilir. Buna ilave olarak; I'inci, II'inci ve III'üncü Risk Gruplarında yer alan ve 500 ve daha fazla işçi çalıştırılan işyerlerinde her 500 işçi için tam gün çalışacak bir işyeri hemşiresi veya sağlık memuru görevlendirilir. IV'üncü ve V'inci Risk Gruplarında yer alan ve 350 ve



daha fazla işçi çalıştırılan işyerlerinde her 350 işçi için tam gün çalışacak bir işyeri hemşiresi veya sağlık memuru görevlendirilir. İşyeri hemşiresi veya sağlık memuru olarak görevlendirileceklerin Bakanlıkça verilmiş işyeri hemşiresi veya sağlık memuru sertifikasına sahip olmaları gerekir.¹²

İşyeri sağlık hizmetleri başlıca 50 ve daha fazla işçinin çalıştığı işyerleri için öngörülmüştür. Oysa Ülkemizde 50'den az işçi çalıştıran işyeri sayısı 1.016.644 iken 50'den fazla işçi çalıştıran işyeri sayısı 19.711'dir. Bu sayılar karşılaştırıldığında işyerlerinin %98 'inin sağlık hizmeti alamadığı söylenebilir.

Ülkemizdeki bu duruma benzer durum Kore'de de yaşanmaktadır. Korea Occupational Safety Health Agency (KOSHA)%50 den az çalışanı olan işyerlerinin işyerinde iş sağlığı hizmeti verilmesi için iş sağlığı merkezlerinden işyeri hemşiresi ve hijyenistin düzenli olarak yılda 4 kez bu işyerlerini ziyaret etmesini önermektedir. İş hijyenisti işyerindeki kimyasalları ve havalandırma sistemlerini kontrol ederken, hemşire de sigara kullanımını azaltma, alkol

alışkanlığını bırakma ve stres yönetimi hakkında çalışmalar yapabilir. Ayrıca hemşire bu periyotlarda çalışanların kan basıncı, kan şekeri ve kolesterolünü ölçebilir.¹³ Bu öneriye benzer çözümler ülkemizde de uygulanabilir.

Gelişmiş ülkelerde işyeri hemşiresi çoğu işyerinde iş sağlığı hizmetlerini tüm sorumlulukları ile birlikte yürütmektedir. İş sağlığı hizmetlerinin etkin bir şekilde yürütülmesinde yeterli eğitim almış hemşirelerin rolünün büyük olduğu belirtilmektedir. Gelişmiş ülkelerde işyeri hemşireliği bilimsel, teknolojik ve toplumsal gelişmelerden etkilenecek büyük değişim içine girmiş ve bunun sonucunda da iş sağlığının korunmasında ve geliştirilmesinde hemşirelerin rolleri ve yeri kabul edilmiştir.

İşyeri hemşirelerinin geliştirdiği ve uyguladığı iş sağlığı programlarının uzun vadeli sonuçları değerlendirilmiş ve sağlık bakım giderlerinin azaldığı, bakım kalitesinin, işçinin moral ve üretkenliğinin arttığı ve sağlık risklerinin azaldığı saptanmıştır.

Ülkemizde ise halen işyerlerinde hemşire olarak görev yapan hemşirelerin çoğu genellikle 2. basamak sağlık hizmetlerinde belirli bir tecrübe edindikten sonra bu alana geçen; herhangi bir sertifika veya uzmanlık eğitimi almamıştır.

Hemşirelerin işyerlerinde verdikleri hizmetler başlıca pratik hemşirelik uygulamalarını içermektedir. Fakat işyeri hemşiresi diğer alanlarda çalışan hemşirelerle benzer olarak eğitici, araştırmacı, bakım verici, savunucu, danışman, yönetici rollerinin gerektirdiği fonksiyonları uygulamalıdır.

Bu rollere uygun olarak iş sağlığı alanına özel bilgi beceri gerektiren uygulamaları da yürütmelidir. Bu nedenle işyeri hemşiresi toksikoloji, epidemiyoloji, endüstriyel hijyen, ergonomi, güvenlik, yönetim gibi bilim dallarıyla bilgi ve beceri sahibi olmalıdırlar. İşyeri hemşiresinin bu özellikleri ve donanımları kazanabilmesi için iş sağlığı ve güvenliğine özel uzmanlık veya sertifika eğitimi alması gerekir. Bu eğitimler sürekli ve bilimin, teknolojinin yeniliklerini takip edebilir nitelikte olmalıdır. Ülkemizde iş sağlığı hemşireliği eğitimi lisans düzeyinde Halk Sağlığı Hemşireliği programı içerisinde verilmektedir. Bu eğitim süresi okuldan okula değişmekle birlikte teorik derslere 5-10 saat yer verilmekte, ders uygulamaları için de 3-11 günlük süreler ayrılmaktadır. Lisans sonrası yüksek lisans ve doktora programları ile alanda uzmanlaşma fırsatları mevcuttur.¹⁵

Halk Sağlığı Kurumu Derneği ile Sağlık ve Sosyal Yardım Vakfı'nın yayınladığı teknik raporda işyeri hemşireliğinin görevleri belirtilmiştir. Bu görevler; çalışanların sağlığının değerlendirilmesi, meslek hastalıkları ve iş kazalarının önlenmesi ve bakımı, işe bağlı olmayan hastalıkların ve kazaların önlenmesi ve bakımı, danışmanlık hizmeti, sağlık eğitimi, iş sağlığı ile ilgili toplumsal yapı ile işbirliği, çalışma

ortamının değerlendirilmesi, işyeri hemşireliği hizmetlerinin kayıt sistemine geçirilmesi, işyeri hemşireliği araştırmaları yapmaktır. Bu görevleri yerine getirirken işyeri hemşiresi; çalışanlarla, kişisel olarak, grup olarak, bölüm sorumluları-şefleri vb. yönetim personeli, şirket-kuruluş gibi tüm kişi ve gruplara hizmet vermek zorundadır.^{7,10}

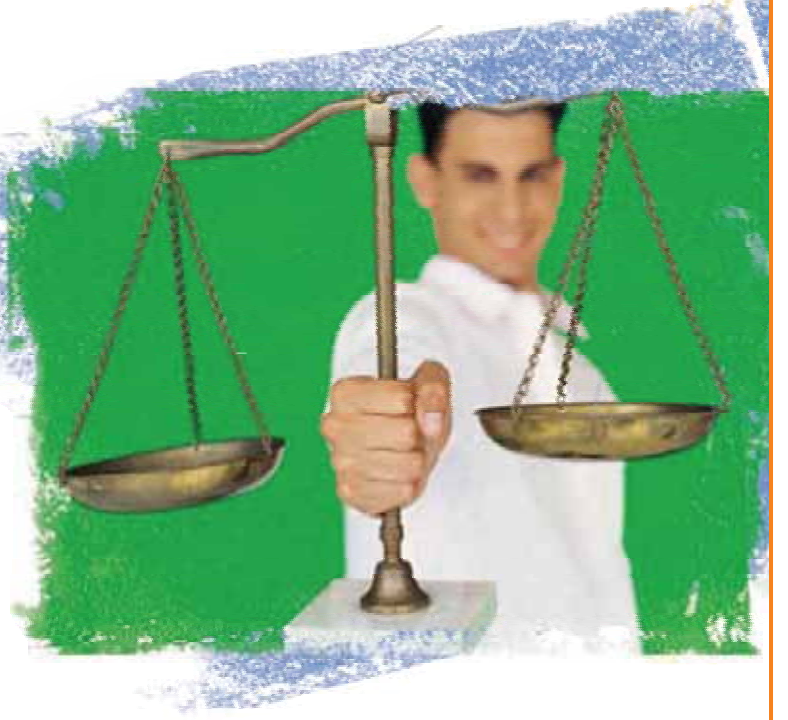
Çalışanların sağlığının korunması, iyileştirilmesi ve sürekliliğinin sağlanması ilk önce insan hakları gereği, sonrasında ise iş verimi ve kalitesi için gereklidir. Bu gelişim sürecinde işyeri sağlık birimlerinin yeri tartışılmaz önem taşımaktadır. Sağlık birimlerinde doktor ve hemşire istihdamı zorunlu iken hemşirenin sürekli birimde bulunması da önemlidir. Sağlık biriminde sürekli bulunacak hemşirenin yeterli bilgi ve beceriyle donatılması eğitim gereksinimini ortaya çıkarmaktadır. Bunun için işyeri hemşirelerine özel periyodik geliştirici ve yenilikçi eğitim programlarının uygulamaya konması zorunludur. Küçük işyerleri için ortak sağlık birimlerinin kurulması yine buralarda görev alacak personelin istihdamı gereklidir.

Ülkemizde ikinci basamak sağlık kurumlarında sağlık personeli yetersizliği düşünüldüğünde eğitim kurumlarının kontenjanlarının artırılabilceği, eğitim sonrası branşlaşmanın özendirilebileceği çözümler arasında düşünülebilir.

Ayrıca birinci basamak hizmetlerinde yeterli bilgi ve donanıma sahip yeterli sayıda personelin ikinci basamak sağlık hizmetlerindeki yoğunluğu azaltacağı bir gerçektir.

1. Emiroğlu, O.N.; İşçilerin İş Sağlığı Hizmetlerinden Beklentileri ve İşyeri Hemşiresinin İş Sağlığı ve Güvenliği Çalışmalarındaki Yeri, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi (1990), (Türk Hemşireler Dergisi, cilt 42, sayı 4, 1992).
2. Rantanen, J; Filling the Global Gap in Occupational Health Service, XVIII World Congress on Safety and Health at Work, Abstracts book, June 29-July 2 2008, Seoul.
3. Türkiye İstatistik Kurumu "İş Kazaları ve İşe Bağlı Sağlık Problemleri Araştırması" (2006,2007). <http://www.tuik.gov.tr/-PreHaberBultenleri.do?id=391607.09.2008>
4. <http://www.ssk.gov.tr/sskdownloads/anasayfa/istatistik/istatistik2005/default.html> 07.09.2008
5. <http://www.ssk.gov.tr/sskdownloads/anasayfa/istatistik/istatistik2006/default.html> 07.09.2008
6. Tokur, M., İş Sağlığı Hemşireliği, Hacettepe Üniversitesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Ankara, (2000).
7. Emiroğlu, O.N., Yıldız, A.N.; İşyeri Hemşireliği, Halk Sağlığı Kurumu Derneği ve Sağlık ve Sosyal Yardım Vakfı Teknik Rapor No:6.
8. Beşer, A; İşçi Sağlığı Eğitiminde Üniversitelerin Rolü, II. Ulusal İş Sağlığı ve İşyeri Hemşireliği Sempozyumu Özet Kitabı: 24-31, (28-30 Haziran 2002).
9. Emiroğlu, O.N.; İş Sağlığı Hemşireliği ve Sorunları, Toplum ve Hekim, Mayıs Haziran, 15 (3):178-181, (2000).
10. Esin, M.N.; İş Sağlığı Hemşireliği Felsefesi Standartları Roller ve Fonksiyonları, II. Ulusal İş Sağlığı ve İşyeri Hemşireliği Sempozyumu Özet Kitabı: 32-35, (28-30 Haziran 2002).
11. Brown, M.L; Encyclopedia of Occupational Health and Safety, Fourth Edition, ILO, Geneva: 1528-1531, (1998).
12. http://www.isggm.gov.tr/article.php?article_id=33 23.10.2008
13. Yoo, M., Park, H., Kang, S; Achievement of Occupational Health Service in Small-Scaled Industries, XVIII World Congress on Safety and Health at Work, Abstracts book, June 29-July 2 2008, Seoul.
14. Beşer, A; İş Sağlığı Hemşireliğinde Araştırma ve Önemi, III. Ulusal İş Sağlığı ve İşyeri Hemşireliği Sempozyumu Özet Kitabı: 56-65, (28-30 Haziran 2002).
15. Aksayan, S; İş Sağlığı Hemşiresinin Eğitimi, III. Ulusal İş Sağlığı ve İşyeri Hemşireliği Sempozyumu Kitabı: 25-29, (22-27 Eylül 2003).

Deviri



ÇALIŞAN GENÇLERİN GÜVENLİĞİ GENÇLERE ÖNERİLER

Seçil CEYLAN

İSG Uzmanı, İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

Eğer işyerinizde bir kaza geçirir ya da sağlığınıza zarar verirsiniz, bunun sonuçlarına yaşam boyu katlanmanız gerekebilir ve bu bir şaka değildir.

Bu bültenimiz size, haklarınız ve sorumluluklarınız konularında bilgiler sunmaktadır. Diğer bir bültenimizde ise, dikkat etmeniz gereken tehlikelerle ilgili bilgi bulabilirsiniz.

Bu Kadar Önemli Olan Nedir?

Avrupa istatistiklerine göre, 18 – 24 yaş arasındaki genç çalışanlarda görülen iş kaynaklı yaralanma oranı, diğer yaş gruplarındaki çalışanların oranından %50 daha fazladır.

Her yıl Avrupa’da yüzbinlerce genç, işlerinden kaynaklanan yaralanmalarla ve sağlık problemleriyle karşı karşıya

kalmaktadır. Bu gençlerin bir kısmının işyerlerindeki ilk günlerinde bile hayatta kalmayı başaramıyor ve yaşamını yitiriyor olması, son derece trajiktir. Bunun yanında, çeşitli kanser türleri, sırt problemleri ya da işitme problemleri gibi diğer işle ilgili rahatsızlıklar ise, zaman içinde yavaş yavaş ortaya çıkmaktadır. Tüm bu trajedilerin büyük bir çoğunluğu önlenabilir niteliktedir.

Fiziksel ve zihinsel olarak hala tamamıyla olgunlaşmadığınızdan, işe yeni başlayan genç bir insan olarak daha fazla risk altında olabilirsiniz ve eğer 18 yaşın altındaysanız bazı tehlikeli işleri yapmanızı yasalar engellemektedir.

Buna ek olarak, yaptığınız işte ve çalıştığınız işyerinde yeni olduğunuzdan dolayı, işyerinde mevcut olan sağlık ve güvenlik riskleri, işvereninizin bu risklerle ilgili ne yapması gerektiği ve sizin ne yapmanız gerektiği konularında farkında olma düzeyiniz ve işle ilgili deneyiminiz yetersizdir.

İşyerindeki potansiyel tehlikeleri farkedebilmek ve güvenli çalışabilmek tabi ki sağduyu gerektirir, ama bunun yanında gözlem, eğitim ve deneyime de ihtiyacınız vardır.

Güvenli görünmeyen şeyleri sorgulama hakkınız vardır ama bunları dile getirmek için kendinize güvenmiyor olabilirsiniz veya işvereninize ve çalışma arkadaşlarınıza yaptığınız iş konusunda istekli olduğunuzu, korkmadığınızı göstermek için güvenli olmadığını düşündüğünüz şeyleri dile getirmemeyi tercih edebilirsiniz.

Sadece İstatistik mi?

17 yaşındaki bir genç kız, tatil döneminde çalışmak için başvurmuş olduğu işe başladıktan yalnızca bir saat sonra, parmağının bir kısmını kaybetti. Parmakları, çalışmakta olduğu fırında kullanılan bir makinede ezildi.

Makinenin otomatik güvenlik kalkanı hatalıydı ve bu hata daha önce bildirilmiş olmasına rağmen, herhangi bir bakım planlaması yapılmamıştı. Genç kıza, kullanacağı bu makineyle ilgili herhangi bir eğitim verilmemişti ve gözetmeni genç kızın makineyi kullandığından habersizdi.

Bir inşaat alanında çalışmakta olan 18 yaşındaki bir genç, 750 kg'lık yük taşıyan vincin, bu yükü beş metre yükseklikten üzerine düşürmesi sonucu oluşan kazada yaşamını kaybetti. Burada; çalışan gençlerin görevleri uygun bir biçimde düzenlenmemişti ve gençlere yeterli eğitim verilmemişti. İş yürüten şirket, güvenlik prosedürleri konusunda gevşek davranıyordu.

Önemli Bir Konu

Sağlık ve güvenlik dediğimiz şey, saçma ve sıkıcı bir kurallar yığını değildir. Aslında sağlık ve güvenlik yaklaşımları sizlerin günümüzdeki sağlığını ve güvenliğini korurken, aynı zamanda sağlıklı bir gelecek vermeyi de hedeflemektedir ki, hayatınızın tadını çıkarın. Canınızı kılpayı kurtarmak zorunda kalmayın.

Kendi güvenliğinizi sağlamanın yanı sıra, meslektaşlarınızı da riske atmadan nasıl çalışmanız gerektiğini bilmelisiniz. Sizin hatanız olmasa bile, yaptığınız bir şey yüzünden bir meslektaşınızın başına çok üzücü bir olay geldiğinde, kendinizi nasıl hissedeceğinizi bir düşünün.

Tüm bu nedenlerden dolayı; işyerinde sağlık ve güvenlik, işvereninizin sizi korumak için yapması gerekenler, sizin yapmanız gerekenler ve haklarınız konularında bilgi sahibi olmalısınız.

Güvenliğinizden Patronunuz - İşvereniniz Sorumludur

Her işverenin sizleri korumak yönünde yasal ve ahlaki yükümlülükleri vardır. İşverenler, işyerindeki sağlık ve güvenliğe yönelik tehlikeleri belirlemeli, riskleri değerlendirmeli ve önleyici tedbirler almalıdır.

Tehlike bir hastalığa ya da yaralanmaya sebep olabilecek herhangi bir şey olabilir.

Risk ise, bu tehlikenin gerçekleşme olasılığıdır. Kazaların büyük çoğunluğu risklerin yeterince değerlendirilememesi ya da gerekli kontrol tedbirlerinin alınmamasından kaynaklanmaktadır. Gürültü, kimyasalların kullanımı, yük kaldırma, tamir işleri, bütün gün bilgisayar ekranının karşısında oturma ve işverenlerin ya da çalışma arkadaşlarının duygusal tacizi gibi konular risk olarak sayılabilir.

Ayrıca, işverenler belirli çalışan gruplar için (örneğin; gençler) özel koruma programları sağlamakla yükümlüdürler. Örneğin, sizlere kapasitenize uygun görevleri vermeli ve yeterli gözetimden faydalanmanızı sağlamalıdır.

18 Yaşın Altındakilere Ek Koruma

Eğer 18 yaşın altındaysanız, işvereninizin bazı özel koruyucu hükümlere uymak zorundadır. Buna göre aşağıda belirtilen özelliklerdeki işlerde çalışamazsınız:

- > Fiziksel ya da zihinsel kapasitenizi aşan işler,
- > Sizi zehirli maddelere maruz bırakan işler,
- > Sizi radyasyona maruz bırakan işler,
- > Aşırı ısı, gürültü ya da titreşimden kaynaklanan sağlık riskleri içeren işler,
- > Deneyimsizliğiniz ya da güvenliğe yeterli dikkat göstermemeniz nedeniyle kazalara sebep olabilecek işler.

Eğer, asgari okuldan ayrılma yaşının üzerinde değilseniz, yeterli gözetim desteğini almanız ve işvereninizin size uygun bir koruma sağlaması mesleki eğitiminiz için gereklidir.

“İşyerindeki gençlerin korunması” başlıklı bültenimiz; gençlere verilebilecek görevlerle ilgili sınırlamalar, yaş ve saat sınırlamaları, asgari okuldan ayrılma yaşının altında olan ve çalışmasına izin verilen çocukların tatillerde ve okul sonrasında çalışabilecekleri “hafif” işlerle ilgili sınırlamalar konularında daha fazla ayrıntı içermektedir. Kesin yükümlülüklerle ilgili olarak lütfen ulusal mevzuatımıza bakınız.

<http://isggm.calisma.gov.tr>

Haklarınızı Bilin

Haklarınız aşağıda belirtilmektedir;

- > İşyerinizdeki tehlikeler, kendi güvenliğinizi korumak için ne yapmanız gerektiği, bir kaza ya da acil durum anında ne yapmanız gerektiği konularında bilgi sahibi olmak,
- > Bu konularla ilgili, yaptığınız işe özgü ve ücretsiz bilgi, yönlendirme ve eğitim almak,
- > Ücretsiz koruyucu donanım almak,
- > Sorular sormak, güvenli olmayan koşul ve uygulamaları bildirmek ve işvereniniz tarafından görüşünüzün alınması yoluyla güvenlikle ilgili konulara dahil olmak.

İşinizle ve sizden yapılması istenen görevlerle ilgili herhangi bir konuda güvenlik açısından endişeleriniz varsa, bunu gözetmeninize aktarmak hakkınızdır.

Ayrıca, güvenli olmayan bir işi yapmayı reddetme hakkınız da vardır. Sadece patronunuz istediği için ya da diğer herkes sorgulamadan yaptığı için sizin de tehlikeli bir işi yapmanız gerekmez.

Sorumluluklarınızı Bilerek Hareket Edin

Güvenlik sadece işvereninizi ilgilendiren bir konu olmadığı gibi, çalışmak da bir oyun değildir. Kanunlar gereği, siz de kendinize ve diğer çalışanlara dikkat etmekle, sağlık ve güvenlik konularında işvereninizle işbirliği yapmakla yükümlüsünüz. Örneğin;

- > Ekipmanların, makinelerin, eldiven ya da maske gibi kişisel koruyucu donanımların ve güvenlik araçlarının kullanımı gibi konular da dahil olmak üzere, tüm güvenlik kurallarına ve talimatlarına uymalı, eğitimleri takip etmelisiniz.
- > Sağlık ve güvenliği ilgilendiren tehlikeleri gözetmeninize bildirmelisiniz.

Yardım Almak

- > Sorunla ilgili patronunuzla konuşun,
- > İşçi güvenlik temsilcisi ya da varsa sendika temsilcisiyle konuşun,
- > Eğer bir doktor, hemşire ya da işyeri sağlık ekibi personeli varsa, onlarla konuşun. Herhangi bir şikayetiniz için aile hekiminize gittiğinizde ona nerede çalıştığınızı söyleyin,
- > Ebeveynlerinizle konuşun,
- > Hala eğitim görüyorsanız, öğretmenlerinizle veya staj ya da işe yerleştirme kuruluşlarındaki sorumlularla konuşun,
- > Güvendiğiniz bir yetişkinle konuşun,

- > Eğer gerekirse sağlık ve güvenlik teftiş kurumunuza başvurarak şikâyetle bulunun.

Genç çalışanlar ve genç çalışanların güvenliği ile ilgili kaynaklara, [http:// ew2006.osha.eu.int](http://ew2006.osha.eu.int) adresinden; farklı işyerlerindeki tehlike ve riskler için bağlantılara <http://osha.eu.int/> adresinden ulaşabilirsiniz.

Bilgi kaynakları; ulusal makamları, sendikaları ve ticaret kuruluşlarını da içermektedir.

Ülkemiz mevzuatıyla ilgili ayrıntılı bilgi için,

<http://isggm.calisma.gov.tr>

İngiltere’ye yönelik rehberlik hizmetleriyle ilgili ayrıntılı bilgi için

<http://www.hse.gov.uk>

İrlanda’nın mevzuatıyla ilgili ayrıntılı bilgi için

<http://www.hsa.ie>

Malta’nın mevzuatıyla ilgili ayrıntılı bilgi için

<http://mt.osha.eu.int/legislation>

Kaynak

<http://osha.eu.int>

VARDİYA SİSTEMİ İLE YAPILAN ÇALIŞMANIN SAĞLIK VE GÜVENLİK ÜZERİNE ETKİLERİ

F. Gülay GEDİKLİ

İSG Uzmanı, İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

Vardiyalı çalışma, işin niteliği gereği sürekli çalışılması gereken işlerde geçmişten bu yana uygulanan çalışma şeklidir. Teknolojinin hızlı gelişimi, hizmette süreklilik (toplumsal yararlılık) ve üretimde sürekliliğin sağlanması (verimlilik) amacıyla vardiyalı çalışma sistemi günümüzde kaçınılmaz olmakta ve birçok iş kolunda sıkça uygulanmaktadır. Vardiya çalışmasının ağırlık kazandığı iş kolları/meslek dallarının başlıcaları, toplumsal hizmetler (elektrik, su, enerji, posta, güvenlik vb.), sağlık hizmetleri, süreçleri sürekli olan üretim endüstrileri (madencilik vb.), gıda üretim ve işleme, ulaşım ve iletişim sektörüdür.

Vardiyalı çalışma programları genellikle, eldeki kaynaklar ile üretim kapasitesini artırabilmek amacının yanı sıra, yüksek teknolojik aygıtların sürekli kullanım zorunluluğu, toplumun rahatı ve refahı için sunulan hizmetlerde süreklilik gereksinimi, ekonomik verimlilik ve daha çok kazanmak amacıyla makinelerin sürekli kullanılmasının amaçlanması gibi sebepler nedeniyle tercih edilmektedir.

Avrupa Yaşama ve Çalışma Koşullarını İyileştirme Vakfı (Eurofound) tarafından 2003 yılında yayınlanan "Katılmakta Olan ve Aday Ülkelerde Çalışma Koşulları" araştırmasının sonuçlarına göre; Türkiye'de 2003 yılında, çalışmakta olan nüfusun %8'i vardiyalı olarak çalışmıştır. O yılki çalışan nüfusun 21 milyon 147 bin kişi olduğu dikkate alındığında, ülkemizde 2003 yılında, 1.691.760 kişi vardiyalı olarak çalışmıştır.

Vardiyalı sistem ile yürütülen çalışmaların, sağlık, güvenlik ve sosyal açıdan iyilik hali üzerinde birtakım olumsuz etkileri olduğu bilinmektedir.

Vardiyalı çalışma nedeni ile karşılaşılan sağlık ile ilgili sorunların başında, uyku düzenindeki bozukluklar, sindirim sistemi ve kardiyovasküler sistem ile ilgili hastalıklar yer almaktadır. Vardiya çalışanlarının en sık sorunu, uyku düzeninde meydana gelen bozukluklar ve uyku uyumada karşılaşılan güçlüklerdir. İnsan organizması, gündüz saatlerinde uyanık olmak, gece saatlerinde de dinlenme ve uyku döneminde olmak şeklinde bir düzene sahiptir. Düzeni bozulmuş uyku ve uyanıklık, vardiya çalışması yürütenlerin dörtte üçünün yakındığı sağlık sorunu olarak bilinmektedir. Sürekli olarak gece vardiyasında çalışanların uyku düzeninin, dönüşümlü olarak vardiyalı çalışanlardan daha düzenli olduğu saptanmıştır. Bunun yanı sıra, geceleri çalışanlarda sindirim sistemi ile ilgili yakınmalar da oldukça sıktır. Vardiyalı çalışanlar, çalışma saatleri nedeni ile sağlıklı yiyeceklere ulaşımında zorluk çekmekte, bu kişilerde ayaküstü atıştırma eğilimi artmakta, bunun sonucu olarak hazımsızlık, iştah kaybı gibi yakınmaların yanı sıra ishal, kabızlık gibi şikayetlerde de artış gözlenmektedir. Sindirim sistemi ile ilgili bu etkilenmeler, yemek düzeninin değişmesi ve bağırsaktan salınan enzimlerin zamanlamasındaki uyumsuzluk ile ilgili olabileceği

gibi stres, iş yükü gibi psikososyal faktörler ile de ilişkili olabilir. Öte yandan gece nöbetleri sırasında daha fazla sigara içildiği saptanmıştır. Sindirim sistemi yakınmalarında içilen sigaranın da etkisi olabilir. Ayrıca yapılan araştırmalar, gece çalışanlarda koroner kalp hastalığı riskinin, gündüz çalışanlara göre arttığını göstermiştir. Gece çalışma süreleri uzadıkça risk artmaktadır.

Bir kağıt fabrikasında çalışan 504 işçinin izlenmesi şeklinde yapılan bir çalışmada, vardiyalı çalışma süresi ile koroner kalp hastalığı sıklığı arasında doz-cevap ilişkisi ortaya konmuştur.

2007 yılı sonuna doğru, Dünya Sağlık Örgütü'nün (WHO) bir kuruluşu olan Uluslararası Kanser Araştırmaları Ajansı (UKAA), geceleri çalışmayı "**muhtemel** kanserojen etkisi bulunanlar" listesine dahil etmiştir. Tümör gelişimini baskılayan ve uyku veren "melatonin" hormonu seviyesi, geceleri yapay aydınlatma altında çalışan insanlarda düşük düzeydedir. Ayrıca yeterince uyuyamamanın, bağışıklık sistemini saldırılara açık hale getirdiği ve potansiyel kanser hücrelerine karşı savaşta güçsüz kıldığı, düzenli bir şekilde geceleri çalışmanın, sürekli vardiya değiştirerek çalışmaktan daha az yıkıcı olduğu yönünde açıklamalar bulunmaktadır.



Vardiyalı çalışma programlarının iş güvenliği üzerine etkileri incelendiğinde ise, iş güvenliği ile verimliliğin gece yapılan çalışmalarda azaldığı tespit edilmiş, hastalığa bağlı işte devamsızlık ve iş kazalarının ise arttığı saptanmıştır. Gece vardiyasında çalışma nedeniyle sirkadyen ritmin bozulması, uykunun kısalması ve bölünmesi, sosyal yaşantının kesintiye uğraması, sağlığın olumsuz yönde etkilenmesi de bunların altında yatan muhtemel faktörlerdir. Ayrıca, gece vardiyasında yapılan çalışma sırasında danışmanlık ve denetim faaliyetlerinin kısıtlılığı ile gece saatlerinde, işyerinde herhangi bir cihazın doğru çalışıp çalışmadığını kontrol edebilecek makina ve teçhizatın sorumlu bakım personelinin bulunmaması iş kazalarının meydana gelmesinde önemli faktörlerdir.

Vardiyalı çalışma ile ilgili olarak ulusal ve uluslararası boyutta çeşitli yasal düzenlemeler bulunmaktadır.

10.06.2003 tarihli ve 25134 sayılı Resmi Gazete'de yayınlanarak yürürlüğe giren 4857 Sayılı İş Kanunu'nun 69. Maddesinde gece çalışma dönemi tanımlanmış ve "çalışma hayatında "gece" en geç saat 20.00'de başlayarak en erken saat 06.00'ya kadar geçen ve 'her halde' en fazla onbir saat süren dönem" şeklinde belirtilmiştir.

Yine aynı Kanun'da, işçilerin gece çalışmalarının yedibuçuk saati geçemeyeceği; gece çalıştırılacak işçilerin sağlık durumlarının gece çalışmasına uygun olduğu, işe başlamadan önce alınacak sağlık raporu ile belgeleneceği; gece çalıştırılan işçilerin en geç iki yılda bir defa işveren tarafından periyodik sağlık kontrolünden geçirileceği; gece çalışması nedeniyle sağlığının bozulduğunu raporla belgeleyen işçiye işveren, mümkünse gündüz postasında durumuna uygun bir iş vereceği; postası değiştirilecek işçinin kesintisiz en az onbir saat dinlendirilme-

den diğer postada çalıştırılmayacağı gibi hususlar da hükme bağlanmıştır.

Ülkemizde İş Kanunu ve bu Kanun'a dayalı olarak 07.04.2004 tarih ve 25426 sayılı Resmi Gazete'de yayınlanarak yürürlüğe girmiş olan "Postalar Halinde İşçi Çalıştırılarak Yürütülen İşlerde Çalışmalara İlişkin Özel Usul ve Esaslar Hakkında Yönetmelik"te de konuyla ilgili düzenlemeler yer almaktadır.

Vardiyalı çalışmanın olumsuz etkilerinden korunmak mümkündür. Uzun çalışma süreleri ve vardiyalı çalışma nedeniyle ortaya çıkan olumsuz etkileri sınırlamanın etkili bir yolu, vardiya planlarının uygun organizasyonu ve sağlık gözetiminin etkin bir şekilde uygulanması ile mümkündür. Vardiyalı çalışma sistemindeki riskleri makul seviyelere indirebilmek için, ardışık vardiyaların sayısı ile gece vardiyasının sürece uzunluğu ve bu süre içerisinde verilecek dinlenme aralarının sıklığı, işin organizasyonu ve yönetimi içerisinde dikkatle ele alınmalıdır. Bunun yanı sıra, vardiya çalışmasının olası olumsuz etkilerini en aza indirmek bakımından bazı önlemler de alınabilir. Bu müdahaleler, işletme düzeyinde veya bireysel düzeyde olmak üzere; teknik önlemler, tıbbi önlemler ile idari önlemleri içerir. İşletme düzeyindeki teknik ve idari önlemler; işletme ortamının iyileştirilmesi, vardiya düzenlerinin tasarımı ile işyerinde verilen eğitimlerden oluşabilir. Bireysel düzeyde iyileştirmeler ise; çalışanların daha kaliteli bir uykuya sahip olmalarını, sağlıklı beslenmelerini sağlamak ve stresle mücadele yollarını öğretmekle gerçekleşebilir. Yine, işletme düzeyindeki teknik önlemler arasında, tüm vardiyalar sırasında işyerinde yeterli aydınlatma ile havalandırmanın sağlanması da mevcuttur.

Sağlık bakımından (yaş, cinsiyet, birtakım risk faktörlerine yatkınlık) vardiyalı sistemde çalışması uygun olmayanların

işe giriş muayenesi ile tespit edilerek uygun olan diğer vardiyalarda görevlendirilmeleri, vardiyalı çalışma sistemi nedeniyle sağlığı olumsuz yönde etkilenen çalışanların düzenli periyodik muayenelerinin yapılması da tıbbi önlemler arasında yer alır.

kaynaklar

1. Bilir N., Yıldız A.N. (2004). *İş Sağlığı ve Güvenliği*, Hacettepe Üniversitesi Yayınları.
2. ILO Ansiklopedisi, [http://www.ilo.org/encyclopedia/PartV-Psychosocial and Organizational Factors](http://www.ilo.org/encyclopedia/PartV-Psychosocial%20and%20Organizational%20Factors).
3. İncir G. (1998). *Çoklu Vardiya Çalışmasının Ergonomik Tasarımı*, Milli Prodüktivite Merkezi Yayınları No: 624.
4. Güler Ç. (2004). *Ergonomi*, Palme Yayıncılık.
5. Folkard S., Tucker P. (2003). Shift work, Safety and Productivity; *Occupational Medicine* 53:95-101.
6. TÜİK, İşgücü İstatistikleri, Kurumsal Olmayan Sivil Nüfusun Yıllar ve Cinsiyete Göre İşgücü Durumu (2000 Yılı ve Sonrasına İlişkin Sonuçlar-Türkiye).
7. EUROFOUND (2003). Katılmakta Olan ve Aday Ülkelerde Çalışma Koşulları, <http://www.eurofound.europa.eu/publications/bydate/list2003.htm>.
8. http://www.who.int/occupational_health/publications/en/oehstress.pdf.
9. Occupational Health Clinics for Ontario Workers Inc., Shiftwork: Health Effects & Solutions, www.ohcow.on.ca/resources/handbooks/shiftwork/shiftwork.pdf.
10. International Agency for Research on Cancer, IARC Monographs Programme Finds Cancer Hazards Associated With Shiftwork, Painting and Firefighting, Press Release, 05.12.2007.
11. 10 Haziran 2003 tarih ve 25134 sayılı Resmi Gazete'de yayınlanarak yürürlüğe girmiş olan 4857 sayılı İş Kanunu.
12. 07 Nisan 2004 tarihli ve 25426 sayılı Resmi Gazete'de yayınlanarak yürürlüğe girmiş olan "Postalar Halinde İşçi Çalıştırılarak Yürütülen İşlerde Çalışmalara İlişkin Özel Usul ve Esaslar Hakkında Yönetmelik".



ÇALIŞAN GENÇLERİN GÜVENLİĞİ İŞVERENLERE ÖNERİLER

Seçil CEYLAN

İSG Uzmanı, İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

2 5 yaşın altındaki gençler, yeni nesil işgücümüzü temsil etmektedirler. Burada sizin rolünüz, bu gençlerin güvenli ve verimli bir başlangıç yapmalarına yardımcı olmaktır. Herkesi koruyabilen iyi tanımlanmış bir sağlık ve güvenlik yönetim sistemi sunarak, bu gençlerin güvenli bir ortamda çalışmalarını sağlamak, işveren olarak sizin sorumluluğunuzdadır. Bu bültende, rolünüzü daha iyi oynayabilmeniz için bazı öneriler sunulmaktadır. Diğer

bültenlerde ise, çalışan gençlerin korunması ile ilgili yasal yükümlülükler konusunda bazı ayrıntıları içermekte ve aynı zamanda gözetmenler, ebeveynler, çalışan gençler için önerilerde bulunmaktadır.

Çalışan gençlerin risk altında bulunmalarına özellikle deneyim, eğitim ve bilinç yetersizliği sebep olmaktadır. Çevrelerinden alabilecekleri önerilere, bilgilere, hedefleri ve kararları ile ilgili gözetime ve

tabii ki bunların yanında kendilerine uygun güvenli ve sağlıklı işlere ihtiyaçları vardır.

Kötü Uygulamaların Sonuçları

- > 17 yaşındaki bir genç kız, tatil döneminde çalışmak için başvurmuş olduğu işe başladıktan yalnızca bir saat sonra, parmağının bir kısmını kaybetti. Parmakları, çalışmakta

olduğu fırında kullanılan bir makinede ezildi. Makinenin otomatik güvenlik kalkanı hatalıydı ve bu hata daha önce bildirilmiş olmasına rağmen, herhangi bir bakım planlaması yapılmamıştı. Genç kıza, kullanacağı bu makineyle ilgili herhangi bir eğitim verilmemişti ve gözetmeni genç kızın makineyi kullandığından habersizdi...

- > 18 yaşındaki bir tamirci çırağı, alevlerin arasında kaldıktan dört gün sonra yaşamını yitirdi. Genç çırak, müdürünün boş bir tanka petrol ve dizel karışımı boşaltmasına yardım ediyordu. Genç çırak, sanatını öğrenirken gözetim ve eğitim konusunda tamamen işverenine güveniyordu. Ancak garaj sahibi, sağlık ve güvenlik konusunda yapılması gereken düzenlemeleri çalışanlarının sağduyusuna bırakınca, bu elim olay meydana geldi...

Her iki olayda da, ilgili şirketler incelemeye alınmış, sağlık ve güvenlik alanındaki yetersizliklerinden dolayı para cezasına çarptırılmışlardır.

Çalışan gençlerin, yaptıkları iş sırasında yaralanmalarının başlıca sebepleri; yaptıkları işin eğitimini almamış olmaları, yeterli gözetimin yapılmaması ve tehlikeli makine ya da maddelerle çalışıyor olmalarıdır.

Kanada'da yapılan bir araştırmaya göre; yeni, genç ve deneyimsiz çalışanların işe başladıkları tarihten itibaren bir ay içerisindeki yaralanma olasılıkları, diğer çalışanlarla karşılaştırıldığında beş kat daha fazladır.

İyi Uygulamaların Faydaları

Yasal uygulamalarla birlikte, çalışan gençlerin sağlık ve güvenliğine özel

dikkat göstermenin bir çok yararları vardır.

- > İyi bir güvenlik yönetimi, etkin bir organizasyonun önemli bir unsuru olup, işletme için büyük yararlar sağlar.
- > Genç çalışanların güvenliğini sağlamak için alınan tedbirler, tüm çalışanları güven altına almaya yardımcı olacaktır.
- > Genç insanlara uygun bir eğitim ve öğretim sağlayarak, hem onların güvenli çalışmasını sağlarsınız, hem de enerjilerinden, öğrenme isteklerinden faydalanırsınız.
- > İyi bir gözetim sağlayarak, çalışan gençlerin işlerini nasıl yaptıklarını değerlendirebilir ve eğitimlerinin etkinliğini gözlemleme şansını elde edebilirsiniz.
- > İyi bir işveren olarak tanınırsanız, nitelikli, genç işçi adaylarının da dikkatini çekersiniz.

Risk Değerlendirmesi, Organizasyon ve Önleyici Yaklaşım

İşverenler, gençlerin karşı karşıya olduğu belli başlı riskleri ve gerekli önleyici tedbirleri belirleyebilmek için tehlikeleri tanımlamalı ve bunu takiben bir risk değerlendirmesi yapmalıdırlar.

Yapılan risk değerlendirmeleri, bu değerlendirmeler temel alınarak oluşturulan düzenlemeler ve alınan tedbirler aşağıdaki unsurları içermelidir:

- > Gençlerin kesinlikle YAPMAMASI gereken görevler: Bunlar, belirli araçların kullanımı veya belirli iş süreçlerinin gerçekleştirilmesiyle ilgili yasaklar, giriş izni olmayan

alanlar ve sadece gözetim altında gerçekleştirilebilecek eylemlerdir,

- > Gözetimle ilgili ihtiyaçlar ve düzenlemeler (bkz. "gözetim düzenlemesi yapmak"),
- > Bilgilendirme, yönlendirme ve eğitim ihtiyaçları ve düzenlemeleri (bkz. "eğitim"),
- > İş yerinde cinsel tacizin ve zorbalığın önlenmesi,
- > Genç engelli çalışanların veya özel ihtiyaçları olan gençlerin gereksinimlerini dikkate alan düzenlemeler,
- > Ebeveyn ve velilerin, riskler ve kontrol tedbirleri konularında bilgilendirilmesi,
- > İş bulma büroları veya insan kaynakları şirketleriyle ve mesleki eğitim kuruluşlarıyla işbirliği,
- > Çalışan gençlerle ilgili düzenlemeler konusunda, çalışan (işçi) temsilcilerinin ve çalışan gençlerin fikirlerinin alınması.

Eğer gençlere geçici olarak da olsa bir iş deneyimi sahibi olmaları için çalışma imkanı veriyorsanız, sağlık ve güvenliklerinin korunması için kendi çalışanlarınıza sunduğunuz imkanların aynısını onlara da sunmalısınız.

18 Yaşın Altındakiler

Eğer; mesleki eğitim ve staj programları kapsamında olan veya okula ya da üniversiteye devam ederken kalan zamanını çalışmaya ayırmış olan 18 yaşın altındaki gençleri istihdam ediyorsanız, bu gençlerin çalışma saatleri içerisinde tehlikelere maruz kalmalarıyla ilgili olarak uymanız gereken çok daha belirleyici düzenlemeler bulunduğunu bilmelisiniz.

Çalışanların korunması ve çalışan gençlerin özel gereksinimleriyle ilgili olarak, "İşyerindeki Gençlerin Korunması" başlıklı bültene bakabilirsiniz.

Yükümlülüklerinizin tamamını öğrenmek için, lütfen ulusal mevzuatımıza başvurunuz,

<http://isggm.calisma.gov.tr>

Gözetimle İlgili Düzenlemelerin Yapılması

İşverenler, gençlere uygun gözetim imkanları sunmak için bazı düzenlemeler yapmak zorundadırlar. Örneğin bazı işverenler, genç çalışanlarına birer danışman tayin ederler.

Gözetmenler, gençlerin yaptıkları işle ilgili riskler ve kontrol tedbirleri konularında yeterli eğitimi almış olmalı ve gençlerin yapabilecekleri işlerle ilgili sınırlamalar konusunda da bilgi sahibi olmalıdırlar. Kendi rollerinin ne olduğu, kendilerinden neler beklendiği ve görevlerini nasıl yerine getirmeleri gerektiği konularını açıkça anlamalıdırlar. Ayrıca, gözetim görevlerini yerine getirebilmeleri için yeterli zamana ve yetkiye ihtiyaçları vardır. İlgili düzenlemeler aşağıdaki konuları kapsamalıdır:

- > Gençlere nasıl bir gözetim yapılacağı, farklı görevler için değişik düzeylerde gözetim sunulması, sürekli gözetim gerektiren işlemlerin belirlenmesi ve genel anlamda gençlerden sorumlu olacak kişinin tayin edilmesi,
- > Gözetmenin sahip olması gereken yeterlilikler ve gözetmenlerin rolü,
- > Gözetmenlerin, üstlenecekleri rol, sağlık ve güvenlikle ilgili konular ve gençlere yönelik gözetim faaliyetleri konularında eğitilmesi,

- > Uygun eğitimi almış ve gereken yeterliliğe sahip gözetmenlerin sayısı, özellikle staj yapanlar ve işyerinde eğitim alanlar da dahil olmak üzere çalışan gençlerden sorumlu olan gözetmenlerin isimleri,
- > Gençlerin güvenliği ile ilgili konuların gözetmenler tarafından bildirilmesini kolaylaştıracak rapor düzenlemeleri.

Eğitim

Gençlerin, çalışmaya başlamadan önce yeterince zaman ayrılarak sağlık ve güvenlik konusunda eğitim almaları gerçekten çok önemlidir. Bu eğitimin içeriğinde aşağıdaki konular yer almalıdır:

- > İşle ilgili özellik arzeden tehlikeler,
- > Genel anlamda işyerinde sıklıkla karşılaşılan tehlikeler,
- > Kendilerini korumak için ne yapmaları gerektiği,
- > Herhangi bir şeyin güvenli olmadığını düşündüklerinde ne yapmaları gerektiği,
- > Tavsiye almak için kime başvurmaları gerektiği,
- > Acil bir durumda, kaza geçirdiklerinde ya da ilk yardıma ihtiyaç duyduklarında ne yapmaları gerektiği,
- > Güvenlik ile ilgili olarak sizinle işbirliği yapmaları konusunda taşıdıkları yükümlülükler.

Örnek Olarak Liderlik Etmek

İşyerinde, sağlık ve güvenlik konusuna olan bağlılığınızı çalışanlarınıza göstermeniz, gerekli prosedürleri ve

tedbirleri belirleyerek bunların güncelliğini korumanız, güvenli olmayan uygulamaların kesinlikle kabul edilemez olduğunu vurgulamanız, sağlık ve güvenlikle ilgili bir endişe oluşması halinde buna hemen karşılık vermeniz çok önemlidir.

Genç çalışanların güvenliği ile ilgili daha ayrıntılı bilgiye, Ajans'ın web sitesi olan <http://ew2006.osha.eu.int> adresinden; önleyici yaklaşımlarla ilgili önerilere, belirli riskler ve işyerleri için seçilmiş iyi uygulama örneklerini içeren bağlantılara <http://www.osha.eu.int/> ile <http://tr.osha.europa.eu/> adreslerinden ulaşabilirsiniz. Önerilerle ilgili kaynaklar ulusal makamları, sendikaları ve ticaret kuruluşlarını da içermektedir.

İş yerindeki gençlerin korunması ile ilgili Konsey Direktifi 94/33/EC'nin tam metnine ise, <http://osha.eu.int/data/legislation/18> adresinden ulaşabilirsiniz.

Söz konusu direktif sadece asgari düzeydeki standartları belirlemektedir.

Bu yüzden ulusal mevzuatınızın ve kılavuzlarınızın öngördüğü yükümlülükleri kontrol ediniz.

Kaynak

1. http://www.iapa.ca/outreach_yw/yw_employer.asp
2. Tehlike, bir hastalığa ya da yaralanmaya sebep olabilecek herhangi bir şey olabilir. Risk ise bu tehlikenin gerçekleşme olasılığıdır. Kazaların büyük çoğunluğu risklerin yeterince değerlendirilmemesinden veya riskleri kontrol etmeye yönelik adımların atılmamasından kaynaklanmaktadır.

<http://osha.eu.int>



MOTORLU ARAÇ BAKIM-ONARIM SEKTÖRÜNDE FAALİYET GÖSTEREN İŞLETMELERDE İŞ SAĞLIĞI VE GÜVENLİĞİ

Umut YÜZER

İSG Uzmanı, İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

Motorlu araçların hayatımızın vazgeçilmez bir parçası olduğu günümüzde, bu araçların bakım ve onarım ihtiyaçları oldukça büyük bir sektör olan bakım onarım sektörünü doğurmuştur. Sektör son derece emek yoğun bir sektör olmasının yanı sıra, gerek çalışanların uzmanlık alanları gerek ise faaliyet gösteren işletmelerin büyüklükleri açısından çok çeşitlilik arz etmektedir. Özellikle kayıt dışı faaliyet gösteren küçük işletmelerin ve ülkemizin önemli sorunlarından biri olan ve bu işletmelerde sıkça rastlanan çocuk işçiliğinin yaygınlığı, sektörün iş sağlığı ve güvenliği bakımından takibini ve denetlenmesini oldukça zorlaştırmaktadır. Yaşanan iş kazalarının ya da ortaya çıkan meslek hastalıklarının büyük bir kısmı hiçbir zaman kayıtlara geçmemektedir. “Yetkili servisler” olarak da bilinen büyük işletmeler, büyük firmaların uzantıları olarak çalışmaları ve hem bağlı bulundukları ulusal ya da uluslararası firmalar hem de devlet tarafından daha kolay denetlenebilir olmaları nedeniyle iş sağlığı ve güvenliği

bakımından “tamirhane” olarak bilinen küçük işletmelere oranla daha iyi düzeyde kabul edilebilir. Sektördeki esas sorun genellikle çalışanlarının sayısı birkaç kişiyi geçmeyen küçük tamirhanelerden kaynaklanmaktadır. Bu küçük tamirhanelerde özellikle çırak olarak yaygın bir şekilde ve çoğu zaman da kayıt dışı olarak istihdam edilen çocukların yaygınlığı göz önüne alındığında, bu işletmelerdeki iş sağlığı ve güvenliğinin iyileştirilmesinin önemi daha iyi anlaşılacaktır. Ancak ne yazık ki özellikle birkaç kişinin çalıştığı küçük atölyelerde usta çırak sistemi ile eğitim devam etmekte ve iş güvenliği konusunda eğitim ya hiç alınamamakta ya da kulaktan dolma bir şekilde öğrenilmektedir. Motorlu araç bakım onarımı sektöründe faaliyet gösteren işletmeler gerek büyüklük gerek ise yapılan işin ve verilen hizmetin içeriği bakımından çok çeşitlilik arz etmektedir. Bunların hepsi bazı ortak riskleri barındırdıkları gibi, çoğu yaptıkları işin doğasından kaynaklanan çok farklı riskler taşımaktadırlar.

Örneğin 1980’li yıllarda pek çok araçta bulunmayan hava yastıkları (SRS ya da Airbag) bu gün hemen hemen tüm araçlarda standart donanım haline gelmiş durumdadır.

Hava yastıklarının servisi özel uzmanlık gerektirmektedir ve yetkisiz - eğitimsiz kişilerce müdahale edilmesi durumunda hayat kurtarmak için tasarlanmış bu sistem ne yazık ki insan hayatı için ciddi tehdit oluşturabilmektedir.

Tamamını burada saymak mümkün olmamakla birlikte bunun gibi daha birçok teknolojik yenilik, araçların yapılarını daha karmaşıkları ve bu araçlar üzerinde çalışmayı güçleştirmiş, uzmanlaşmayı ve ileri seviyede mesleki eğitimi zorunlu kılmıştır.

Motorlu araç bakım ve onarım sektöründe de diğer bazı emek yoğun sektörlerde olduğu gibi tüm risk ve tehlike kaynaklarını bertaraf etmek mümkün değildir. Güvenli çalışmanın temel kuralı düzenli ve tertipli çalışmaktır. Araç ve gereçlerin organize bir şekilde muhafaza edilmesi, işi biten veya kullanılmayan takım ya da ekipmanın çalışma alanından kaldırılması, araçlara takılmak üzere bekleyen ya da araçlardan sökülmiş parçaların uygun alanlarda depolanması ve geçiş yolları üzerinden kaldırılması verimliliği artıracak gibi kazaların önlenmesine yardımcı olacaktır. Ne yazık ki büyük şehirlerde kurulu bazı yetkili servisler dışında motorlu araçların bakım ve onarımını yapan pek çok orta ve küçük işletmenin kullandıkları binalar başlangıçta bu iş için tasarlanmış ve inşa edilmiş yapılar değildir. Çoğunlukla sanayi siteleri tek tip yapılar halinde tasarlanmakta ve inşa edilmekte, ancak işletme sahipleri, faaliyet gösterdikleri farklı iş kollarının ihtiyaçlarına göre bu mekânları yeniden düzenlemekte ancak bu düzenleme çoğunlukla yetersiz kalmaktadır. Sektörde çalışanların çok



büyük bir kısmı aynı mekân içinde hem esas işlerini yapmakta yani araçlara bakım onarım hizmeti vermekte, hem öğlen yemeklerini pişirmekte ve yemekte hem de kişisel temizlik ve üst değiştirme gibi işleri yapmaktadır. Çoğunun sıhhi kabul edilebilecek bir tuvaleti bulunmamaktadır. Çoğu atölye bünyesinde çalışanların duş yapmalarına imkan verecek altyapı mevcut değildir.

İçten yanmalı motorların çalışırken ürettiği karbonmonoksit renksiz ve kokusuz bir gaz olup, zaman içinde vücutta birikip uzun vadede geri döndürülemez hasarlara yol açabilir. Aynı zamanda uzun süreli sürekli maruziyet ölümle sonuçlanabilir. Bu nedenle gerekli havalandırma tertibatı bulunmayan kapalı yerlerde araçlar uzun süre çalıştırılmamalıdır. Zorunlu hallerde aracın egzozuna monte edilen ve egzoz gazını bina dışına çıkaran özel lokal havalandırma tertibatı kullanılmalıdır. Bu tertibat mevcut değil ise camlar ve atölye kapıları sonuna kadar açılarak ortam havalandırılmalıdır. Motorlu araçların pek çok aksamında petrol bazlı

mineral yağlar ve hidrolikler kullanılmaktadır. Çalışanlar işin doğası gereği devamlı olarak bu yağlar ile temas halindedirler. Çalışma süresince elleri ve cildin açıkta kalan diğer kısımlarını bu maddelerin temasına karşı korumak çok önemlidir. Çalışanlara mutlaka rahat çalışabilecekleri iş eldivenleri temin edilmeli ve daima kullanmaları sağlanmalıdır. Çok sık karşılaşılan bir başka yanlış uygulama ise iş bitiminde bu mineral yağlar ile kirlenmiş ellerin benzin ya da tiner gibi organik çözücüler ile temizlenmesidir. Bu maddelerde en az mineral yağlar kadar insan sağlığına zararlı olup aynı zamanda cildin doğal yağ dokusunu yok ettiği bilinmektedir. Bu nedenle benzin, mazot ya da tiner gibi uçucu maddeler vücut temizliğinde kesinlikle kullanılmamalıdır.

Hava Kompresörleri oto tamirhanelerinde oldukça yaygın olarak kullanılan gereçlerdir ve genellikle bakımları ihmal edilmektedir. İster vidalama veya aşındırma aletleri gibi basınçlı hava gücü ile çalışan el aletleri olsun ister boya atölyelerinde kullanılan boya tabancaları ya da temizlik amaçlı kullanılan basınçlı hava hortumları için gerekli havayı bu kompresörler sağlamaktadır.

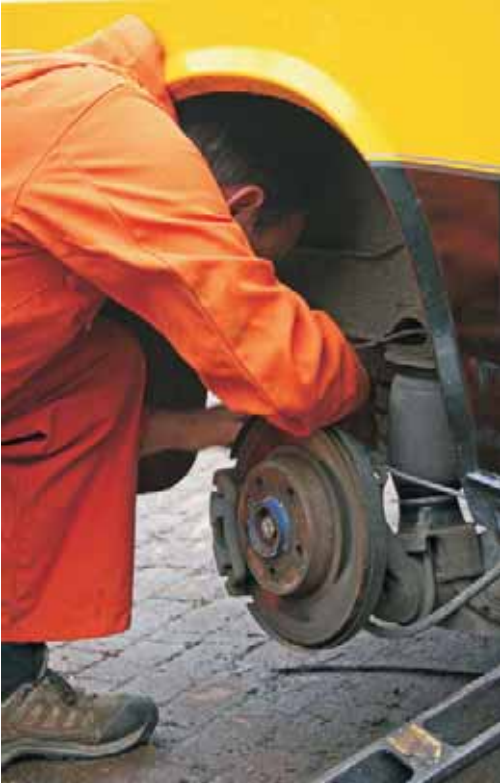
Bakımı ihmal edilen bu kompresörler genellikle haznelerinde oluşan aşırı basınç nedeniyle patlamalara yol açmakta, yakınında çalışanları çoğu zaman ya ciddi şekilde yaralamakta ya da ölümlerine neden olmaktadır.

Bu nedenle atölyelerde kullanılan hava kompresörlerinin bakımları

aksatılmamalı tüm emniyet aksamının çalışır durumda olduğundan emin olunmalı emniyet sistemlerine müdahale edilmemelidir.

İş için seçilen el aleti o işe uygun olmalıdır. Özellikle el aletlerinin daima iyi durumda ve bakımlı olması şarttır. Ağızları bozulmuş, hasarlı veya görevini tam olarak yapamayan el aletleri kullanılmamalıdır. El aletleri kullanıldıktan sonra özellikle tutma kısımları yağdan arındırılmalı ve bu şekilde muhafaza edilmelidir. El aletleri ve takımlar asla iş elbisesi ya da tulumun ceplerinde taşınmamalıdır. Cıvata veya somun sökerken dikkat edilmesi gereken bir diğer konu ise el aletine uygulanan kuvvetin vücuttan uzağa doğru itme şeklinde değil, vücuda çekme şeklinde uygulanması gerektiğidir. Elektrikli ya da havalı aletleri kullanırken gözlerin mutlaka korunması gereklidir. Aksi takdirde bu aletler tarafından hızla fırlatılan bir tanecik gözde ciddi hasarlar oluşmasına neden olabilir. Vida ya da somunları sıkma veya gevşetmede kullanılan havalı lokma tabancalarını kullanırken mutlaka bu tabancalar ile kullanılmak üzere özel olarak sertleştirilmiş çelikten lokmalar ve bağlantı elemanları kullanılmalıdır.

Bilindiği üzere çoğu tamirhanelerde kullanılan 220v ya da 380v (trifaze) gerilim ihtiva eden sistemler ölüm tehlikesi taşımaktadır. Bu gerilime temas sonucunda kalbin ve solunumun durma riski mevcuttur. 220 ya da 380v ile çalışan ekipman kullanırken emniyet kurallarına uyulmalıdır. Kullanılan aletlerin izolasyonlarının tam ve hasarsız olduğundan emin olunmalıdır. Kullanılan bütün elektrikli aletlerin doğru biçimde topraklandığından ve atölyenin elektrik tesisatının bu aletler veya cihazlar tarafından kullanılan akımı kaldıracak şekilde tasarlanmış olduğundan emin olunmalıdır. Seyyar aydınlatma



aracı olarak daha emniyetli olan 24 Volt gerilim ile çalışan aydınlatma lambaları tercih edilmelidir.

Aracı kaldırma işinde kullanılmak üzere seçilen ekipmanın kapasitesinin, kaldırılması planlanan yüke uygun olup olmadığı kontrol edilmelidir. Asla krikoyada liftin üzerinde belirtilmiş olan azami yük kapasitesinin üzerinde yük kaldırılmamalıdır. Hiçbir zaman hidrolik ya da mekanik bir krikoye kaldırılmış bir aracın altına ilave destek yerleştirilmeden girilmemelidir. Aracın altına girmeden önce sağlam destekler üzerine oturtulduğundan emin olmak şarttır. Bir araç elektrikli lift ile kaldırılacağı zaman taşıyıcı kolların aracın altındaki kaldırma noktalarına doğru yerleştirilmesi ve aracın ağırlık merkezi göz önüne alınması son derece önemlidir. Aksi takdirde araç kaldırıldıktan sonra taşıyıcı kollar üzerinden kayabilir ve altında çalışan kişinin üzerine düşüp yaralanmasına hatta ölümüne neden olabilir. Bunu önlemek için araç mutlaka her zaman dört köşesinden eşit şekilde kaldırılmalı, taşıyıcı kolların araç altındaki kaldırma noktalarına tam olarak oturduğundan emin olunmalıdır.

Motor ya da diğer hareketli aksam üzerinde çalışmaya başlamadan önce yüzük, künye, kol saati gibi hareketli parçalara takılma riski yüksek kişisel eşyalar çıkarılmalı, bol yakalı ya da manşetleri gevşek iş kıyafetleri seçilmemelidir. Eğer çalışanın saç uzun ise uygun bir şekilde arkasında toplanmalıdır. Aksi takdirde kişinin saçının ya da taktığı herhangi bir aksesuarın radyatör fanı gibi hareketli parçalara teması durumunda ciddi yaralanmalar ya da ölüm ile sonuçlanan kazalar olması muhtemeldir.

Zorunlu haller dışında motoru çalışır durumdaki bir araç üzerinde işlem yapılmamalıdır. Bir temel emniyet tedbiri olarak araç üzerinde çalışmaya başlama-



dan önce akünün (-) kutup başı sökülmesi, böylece aracın üzerinde çalışan kişinin bilgisi dışında harekete geçmesi ihtimali ortadan kaldırılmalıdır. Ancak aracın çalışır durumda olmasının zaruri olduğu hallerde araç çalıştırılmadan önce el freni (park freni) çekilmeli, tekerleklerin önüne ve arkasına takozlar konulmalı, vitesin boşa olduğuna emin olunmalıdır. Günümüz araçlarının çoğunda basınçlı soğutma sistemleri kullanılmaktadır. Bu sistemler üzerinde çalışmaya başlanmadan önce sistemin soğuması beklenmeli eğer bu mümkün değil ise önce sistemdeki basınç tahliye edilmelidir.

Benzinli motorlarda kullanılan ateşleme sistemleri voltajı yükseltilmiş elektrik kullanırlar. Bu yüksek gerilim 40.000 Volt'u bulabilir. Bu nedenle zorunlu haller dışında çalışmakta olan bir motorun ateşleme sistemine ait parçalara çıplak elle asla dokunulmamalıdır, bu iş yüksek elektriksek yalıtkanlığa sahip kauçuk eldivenler ve kalın kauçuk tabanlı ayakkabılar giyildikten sonra yapılmalıdır.

Ayrıca vücudunda kalp pili gibi herhangi bir tıbbi implant taşıyanlar hiçbir koşul

altında bu sistemler üzerinde çalışmamalıdır. Aracın aküsünün yakınında kıvılcım çıkarmaktan kaçınılmalı, açık alev ile kesinlikle aküye yaklaşılmamalıdır. Akü ile ilgili diğer bir tehlike ise akünün içindeki sülfürik asit çözeltisidir. Akü ile çalışırken cildin sülfürik asit ile temasını önleyici eldiven ve giysiler kullanılmalıdır.

Araç klima sistemlerinde kullanılan gazlar çalışanlar açısından birtakım riskler taşımaktadır. Gazlar temas ettikleri herhangi bir maddeyi, ki buna insan cildi de dahildir, anında dondurabilirler. Bu durum "frost bite" olarak tanımlanan "soğuk ısırığının" oluşmasına neden olup çalışanların ciltlerinde doku hasarları oluşmasına neden olabilir. Eğer sistem üzerinde onarım yapılacaksa mutlaka önce sistemin gazı makineler yardımı ile boşaltılmalı, sonra sökme işlemine geçilmelidir. Elleri dirseklere kadar koruyan kalın deri eldivenler, tam yüz siperleri ve ilave olarak göze tam oturan koruyucu gözlükler mutlaka kullanılmalıdır.

Motorlu araç bakım onarımı yapan atölyelerde çok sık rastlanan kaza türlerinden birisi de kaynak işleri esnasında meydana gelen yangınlar ve patlamalardır. Özellikle yakıt deposu üzerinde yapılan kaynak işlemleri sırasında meydana gelen patlamaların

sonuçları son derece vahim olmaktadır. Bu konu son yıllarda LPG'nin araçlarda yakıt olarak yaygın bir şekilde kullanılmaya başlanması ile önemini daha da artırmıştır. Aracın kullandığı yakıt türü ne olursa olsun yakıt deposu üzerinde kaynak yapılması gerekiyorsa, önce depo araçtan sökülmesi, içindeki yakıt tamamen boşaltılması, içi su ile doldurulduktan sonra kaynak yapılmalıdır.

Araç balatalarında bulunan asbest lifleri balata içerisinde sabit durumda bulundukları sürece bir tehlike arz etmezken, sorun balatanın kullanım esnasında aşınması ile ortaya çıkmaktadır. Çalışma esnasında havaya karışan bu lifler çalışanın akciğerlerine yerleşerek başta akciğer kanseri olmak üzere bir çok meslek hastalığına neden olmaktadır. Bunun önüne geçmek için öncelikle fren ve debriyaj aksamı üzerinde çalışırken mutlaka P3 sınıfı bir toz maskesi kullanılmalıdır.

Parçaların temizliği için basınçlı hava kesinlikle kullanılmamalı, bu iş için özel olarak imal edilmiş temizlik spreyleri kullanılmalıdır.

Süspansiyon sistemlerinin bakım ve onarımı esnasında en çok karşılaşılan kaza türleri aracın yaylarının (helezonlarının) sökülüp takılması esnasında meydana gelen kazalardır. Gerekli tedbirler alınmadan ve uygun ekipman kullanılmadan bu helezonlar sökmeye teşebbüs edildiğinde helezonlar büyük bir hızla serbest kalabilmekte ve fırlayarak yakınındaki kişilerin yaralanmalarına ve hatta ölümlerine neden olabilmektedirler. Bu tür kazaların önlenmesi için mutlaka özel olarak imal edilmiş ekipman kullanılmalıdır. Helezon sıkıştırma ekipmanı ile sıkıştırılmış bir helezon asla bu şekilde muhafaza edilmemeli veya nakledilmemeli, araç üzerinden

söküldükten sonra mutlaka üzerlerindeki gerilim alınmalı ancak bundan sonra depolanmalı veya nakledilmelidir.

Gövde üzerinde çalışırken özellikle el ve kol yaralanmalarının sık yaşandığı işlerden biri de araçların camlarının sökülmesi ve takılması işleridir. Bu işlem sırasında kullanılan aletler son derece keskin olduğundan, kullanılırken eğer azami dikkat gösterilmezse kolaylıkla yerinden kurtulmakta ve kesme işini yapan kişinin yaralanmasına neden olmaktadır. Aynı şekilde kesim işlemi sırasında küçük cam kırıkları oluşmakta ve bunların özellikle göze kaçması durumunda ciddi sağlık sorunları oluşabilmektedir. Bu gibi durumları önlemek için kesici ile çalışırken çok dikkatli olunmalı, mutlaka işe uygun, kolay kesilmeyen, kalın koruyucu eldiven ve uygun iş gözlüğü kullanılmalıdır.

Günümüzde çok sayıda motorlu taşıtın ülkemiz yollarında ve kırsal alanlarda her gün hizmet vermekte olduğu düşünüldüğünde bu araçlara bakım onarım hizmeti veren sektörün çok sayıda çalışana istihdam sağladığı söylenebilir. Sektörde faaliyet gösteren işletmelerde meydana gelen iş kazalarının nedenleri ve sonuçları incelendiğinde büyük çoğunluğunun basit güvenlik tedbirlerine uyulmamasından kaynaklandığı görülmektedir. Bugün geline nokta sektördeki çalışanların büyük çoğunluğunun hala mesleki eğitimden yoksun, bilinçsiz gençlerden oluştuğu göz önüne alındığında, nitelikli mesleki eğitime olan ihtiyaç daha çok ortaya çıkmaktadır. Özellikle küçük kent ve kasabalarda motorlu araç bakım ve onarımı işi yapan atölyeler genellikle 2-3 kişinin çalıştığı küçük işletmelerdir ve büyük çoğunluğu kayıt dışı faaliyet göstermeleri nedeni ile sağlıklı biçimde denetlenememektedir. Bu küçük işletmelerde çalışanlar çoğunlukla hısım akraba ilişkisi içinde olduklarından meydana gelen herhangi

bir iş kazasını rapor etmek (özellikle küçük yerleşim yerlerinde) "ayıp" olarak kabul edilmektedir. Bu ve benzeri nedenler bir araya geldiğinde sektördeki iş sağlığı ve güvenliğini iyileştirmenin ilk aşaması olan sağlıklı veri toplamanın güçlüğü daha iyi anlaşılmaktadır. Diğer sektörlerde çalışanlar arasında da yaygın olan "bana bir şey olmaz" anlayışının ne yazık ki bu sektörde de oldukça yaygın olduğu görülmektedir. Meydana gelen kazalarda göz ya da el gibi çalışanın iş görebilirliğini ve vücut bütünlüğünü ciddi biçimde etkileyen uzuvlar ciddi zararlar görmektedir. Sektörde çalışanların sağlıklarını korumak kaza ve meslek hastalıklarının ülke ekonomisine getireceği yükün önüne geçmek için mutlaka sektöre eleman yetiştiren, iş sağlığı ve güvenliği bilincinin oluşturulmasında kilit rol oynayan mesleki eğitimin kalitesi yükseltilmeli ve sektör üzerindeki denetim artırılarak kayıt dışı çalışmanın ve özellikle çocuk işçiliğinin önüne geçilmelidir.

kaynaklar

- 1 BEDİR, Atilla, Türkiye'de Otomotiv Sanayii Gelişme Perspektifi, DPT Yayınları, 2002
- 2 BLOMMFIELD, Gerald, The World Automotive Industry, David & Charles Inc., Vermont, 1978, s.16.
- 3 HUMPHREY, John, Globalisation and Supply Chain Networks: Auto Industry in Brazil and India, published in G.Gereffi, F.Palpacuer and A.Parisotto (eds), Global Production and Local Jobs, Cenevre, 1999.
- 4 PROBST, Charles O., Bosch Fuel Injection and Engine Management, Bentley Publishers, 1989
- 5 Mercedes Benz Technical Companion, Bentley Publishers, 2005
- 6 AAMA, 1998 World Motor Vehicle Data; CCFA-Comite des Constructeurs Français d'Automobiles, OSD-Otomotiv Sanayii Derneği, Türk Otomotiv Sanayii Genel ve İstatistiki Bilgiler Bülteni, 2002.



ÇALIŞAN GENÇLERİN GÜVENLİĞİ EBEVEYNLERE ÖNERİLER

Sakine OVACILI

İSG Uzmanı, İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

Çocuklarınız iş yerinde güvende mi? Onlara, işyerinde birilerinin gözkulak olduğundan emin misiniz?

Bu bülten, işverenlerin işyerindeki gençlere sunması gereken sağlık ve güvenlik düzenlemelerini anlamanıza yardımcı olacak ve işyerindeki yaralanmaları önleme konusunda çocuklarınızla rahatlıkla konuşabilmenizi sağlayacaktır.

Her yıl milyonlarca öğrenci, cep harçlıklarını kazanabilmek için yarı zamanlı işlerde ya da yazlık işlerde çalışmaktadır. Birçoğu, gençler için özel olarak organize edilmiş deneyim kazanmaya yönelik işlerde çalışırken, diğerleri hayatlarında ilk kez tam zamanlı bir işte çalışmaya başlarlar.

Erken yaşta sahip olacakları bu iş deneyimi, son derece önemli iş becerileri geliştirmelerine fırsat tanıyarak, gençlere

birçok şey kazandırabilir. Bu deneyim ayrıca sağlıklı ve güvenli de olmalıdır.

Gençler, ilk kez tam zamanlı bir işte çalışmaya başladıklarında, bu başlangıç sağlıklı ve güvenli olmalıdır ki, yaşamak için çalışmaya devam edebilsinler.

Ne yazık ki durum her zaman böyle olmamaktadır. Avrupa istatistiklerine göre, 18 – 24 yaş arasındaki genç çalışanlarda görülen iş kaynaklı yaralanma

oranı, diğer yaş gruplarındaki çalışanların oranından %50 daha fazladır.

17 yaşındaki bir genç kız, tatil döneminde çalışmak için başvurmuş olduğu işe başladıktan yalnızca bir saat sonra, parmağının bir kısmını kaybetti. Parmakları, çalışmakta olduğu fırında kullanılan bir makinede ezildi.

18 yaşındaki bir tamirci çırağı, alevlerin arasında kaldıktan dört gün sonra yaşamını yitirdi. Genç çırak, müdürünün boş bir tanka petrol ve dizel karışımı boşaltmasına yardım ediyordu...

Çalışanlar, sağlık ve güvenlikle ilgili çeşitli düzenlemelere tabidirler. Bu düzenlemeler gereği işverenler, işyerindeki tehlikeleri değerlendirmeli, gerekli önleyici tedbirleri almalı ve ihtiyaç duyulan yönlendirme ve eğitimi sağlamalıdır. Gençlerin eğitim, deneyim ve bilinç düzeyinin yeterli olmaması nedeniyle işverenler, çalışan gençlere ve işe yeni başlayanlara daha fazla dikkat göstermelidirler.

18 yaşın altındaki çalışanlar için ise, bazı ek yükümlülükler bulunmaktadır. Çünkü 18 yaşın altındakiler hem deneyimsizdirler, hem de gerekli olan fiziksel ve zihinsel olgunluğa sahip değildirler. Ayrıca bu yaş grubundaki çalışanların çalışma saatleriyle ilgili bazı sınırlamalar da bulunmaktadır.

Gençlere bir iş deneyimi sahibi olmaları için çalışma imkanı veren işverenler, sağlık ve güvenliklerinin korunması için kendi çalışanlarına sundukları imkanların aynısını onlara da sunmalıdır.

Çalışan gencin, okuldan ayrılmak için belirlenmiş olan minimum yaşın altında olması durumunda işveren, gencin anne babasını ya da yasal velisini iş yerindeki riskler ve kontrol tedbirleri konusunda

bilgilendirmelidir. Bu bilgilendirme sözü konusu genç işe başlamadan önce yapılmalıdır.

18 Yaşın Altındaki Gençlerin Güvenliği - İşverenler Ne Yapmalıdır?

İşyerindeki gençlerin korunmasıyla ilgili olarak, Avrupa yönetmeliklerini temel alan ulusal düzenlemeler bulunmaktadır. Bu yönetmelikler, gençlerin yeterli deneyime, bilinç düzeyine ve olgunluğa sahip olmamaları nedeniyle karşılaşılabilecekleri belli başlı riskleri göz önüne almaktadır.

Bu yönetmeliklerin genelinde, işverenlerden beklenenler:

- > Gençlerin sağlığını ya da güvenliğini tehdit eden riskleri değerlendirirken, gençlerin deneyimsiz olduklarını, sağlıklarını ve güvenliklerini etkileyecek olan mesleki riskler konusunda yeterince bilinçli olmadıklarını, fiziksel ve zihinsel olgunluktan yoksun olduklarını göz önünde bulundurmak,
- > İşe alınan gencin, çalışmaya başlamadan ÖNCE risk değerlendirmesini yapmak,
- > Çalışan gençlerin belirli işleri yapmalarını yasaklarken risk değerlendirmesini dikkate almak,
- > Okul çağındaki çocukların çalışması sözü konusu olduğunda;

gerçekleştirilen risk değerlendirmesinin sonuçları ve buna bağlı olarak alınan kontrol tedbirleri konusunda, çocukların ebeveynlerini veya yasal velilerini bilgilendirmek.

Genel kural olarak *onsekiz yaşın altındaki gençlerin* aşağıda belirtilen işleri yapmalarına izin verilmemelidir:

- > Kendi fiziksel ya da zihinsel kapasitelerini aşan işler,
- > Zehirli olma özelliğine sahip ya da kansere sebep olan işler,
- > Radyasyon maruziyeti gerektiren işler,
- > Aşırı ısı, gürültü ya da titreşim içeren işler,
- > Gençlerin deneyimsizlik ya da güvenliğe yeterli dikkati göstermemek gibi nedenlerle gözden kaçırabilecekleri türden riskler içeren işler.

"İşyerindeki gençlerin korunması" başlıklı bültenimiz; gençlere verilebilecek görevlerle ilgili sınırlamaları, yaş ve saat sınırlamalarını, mesleki eğitimdeki özel istisnaları ve asgari okuldan ayrılma yaşının altında olan çocukların çalışmalarına izin verilen Üye Devletlerdeki katı sınırlamalarla ilgili daha fazla ayrıntıları içermektedir. Kesin yükümlülüklerle ilgili olarak lütfen ulusal mevzuatımıza bakınız (ulusal mevzuatımız için; <http://isggm.calisma.gov.tr>)

Ebeveynler Ne Yapabilir?

Birçok iş kazası önlenabilir özellikle olmasına rağmen, genç insanlar da kazalarla ve ölümlerle karşılaşabilmektedirler. Diğer yandan; yapılan iş, gencin gelecekteki sağlığını da tehlikeye atabilir. Örneğin, gençler alerjiye sebep olabilecek ürünlerle veya yüksek gürültülü ortamlarda çalışıyor olabilirler. Ayrıca, çalışırken aldıkları duruş pozisyonu yanlış olabilir ve sağlık sorunlarına yol açabilir. Bu nedenle sağlık ve güvenlik alanındaki önleyici yaklaşım

ve eğitim küçümsenmemelidir. Çocuklarınıza yardımcı olabilmek için yapabilecekleriniz aşağıda sıralanmaktadır:

- > Çocuklarınızla hafta sonlarında ya da tatillerde çalıştıkları işler ve staj amaçlı iş seçimleri hakkında konuşun. Ne tür iş ve işyeri seçenekleri var?
- > Onlara verilen görevlerin özellikleri konusunda bilgi sahibi olun.
- > Çocuklarınıza ne tür eğitimlerden geçtiklerini ve kendilerine ne tür gözetim yardımı verildiğini sorun. Herhangi bir makineyi kullanmadan önce veya kendilerine yeni bir görev verildiğinde, bu konuda eğitim ve destek istemekten çekinmemeleri gerektiğini söyleyin.
- > Düzenli olarak onlarla işleri hakkında konuşun. İşyerindeki sorunlarını ya da sağlık ve güvenlik ile ilgili endişelerini sizinle konuşmaları için onları cesaretlendirin.
- > İş yerindeki sağlık ve güvenlik düzenlemeleri ve verilen eğitim gibi konularda işverenleriyle görüşün.
- > Çocuklarınızı, yalnız çalışmanın veya gece çalışmanın tehlikeleri konusunda uyarın.
- > Yaptıkları işten emin olmamaları durumunda soru sormaları ve yardım istemeleri; ayrıca ne kadar küçük olursa olsun bir tehlike, yaralanma ya da sağlıklarının bozulduğu durumlar ile karşılaş-tıklarında, bunları vakit geçirmeden bildirmeleri konularında çocuklarınızı teşvik edin.

- > Çocuklarınızı işyeri hekimi, hemşiresi veya işyeri sağlık ekibinden biriyle konuşmaları için teşvik edin (işyerinde böyle birekip varsa).

Ayrıca, herhangi bir şikayetle hekime gitmeleri durumunda, yaptıkları iş konusunda hekimi bilgilendirmelerini isteyin.

- > Güvenlik sorunlarıyla ilgili olarak, işçi güvenlik temsilcisiyle ya da varsa sendika temsilcisiyle görüşebileceklerini hatırlatın.
- > Çocuklarınıza sağlık ve güvenlikle ilgili olarak, mevcut işyerinizde ya da daha önceki işlerinizde yaşadığınız deneyimlerinizi anlatın. Ne olmuştu, neler yapıldı, daha bilgili olsaydınız ne yapardınız, vb. . .
- > Küçük yaştaki çocuklara yönelik riskler konusunda bilinçlendirme etkinliklerinin ve büyük yaştaki çocuklar için işle ilgili sağlık ve güvenlik konularının eğitim programına dahil edilmesi konusunda, çocuklarınızın okul yönetimini teşvik edin.
- > Bu konularla ilgili olarak diğer velilerle görüşün.
- > Kendi işyerinizde, çalışan gençlerin korunması konusunda neler yapıldığını öğrenin.
- > Çocuklarınızı, yaptıkları işle ilgili olarak sağlık ve güvenlik yönünden daha fazla bilgi edinmeleri için teşvik edin. Bu bilgilere, ulusal makamlardan ya da Ajans'ın web sitesindeki kaynaklardan ulaşılabilir.

Kendiniz de daha ayrıntılı bilgi edinin!

Çalışan gençlerin diğer çalışanlar gibi, sağlık ve güvenlikle ilgili üç önemli hakkı vardır:

1. Bilme hakkı,
2. Katılım hakkı,
3. Güvenli olmayan işi reddetme hakkı.

Çalışan gençlerin ayrıca bazı sorumlulukları da vardır:

1. Güvenli çalışmak,
2. Tehlikeleri bildirmek,
3. Koruyucu araçları ve donanımları kullanmak veya giymek.

Memnun etme isteği ve belirsizlik gibi etkenler, gençlere engel oluşturabilir. Bu nedenle; hakları, her zaman güvenli bir biçimde çalışmalarının gerekliliği, kendilerini ve çalışma arkadaşlarını korumak için güvenlik prosedürlerini her zaman takip etmeleri konularında onlarla konuşun. **İş oyun değildir!**

Kaynak

<http://osha.eu.int>

SIVI PETROL GAZI (LPG)

Seçil CEYLAN

İSG Uzmanı, İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

LPG'nin endüstride, konutlarda ve taşıtlardaki giderek yaygınlaşan kullanımı beraberinde başta yangın ve patlama olmak üzere önemli riskleri getirmektedir. LPG, yüksek derecede yanıcı bir maddedir ve atmosferik koşullara maruz kaldığında hızla patlayıcı hava - hidrokarbon karışımı oluşturur. LPG'nin kullanımı ve alınması gereken önlemlere ilişkin maddelere önemle dikkat edilmelidir.



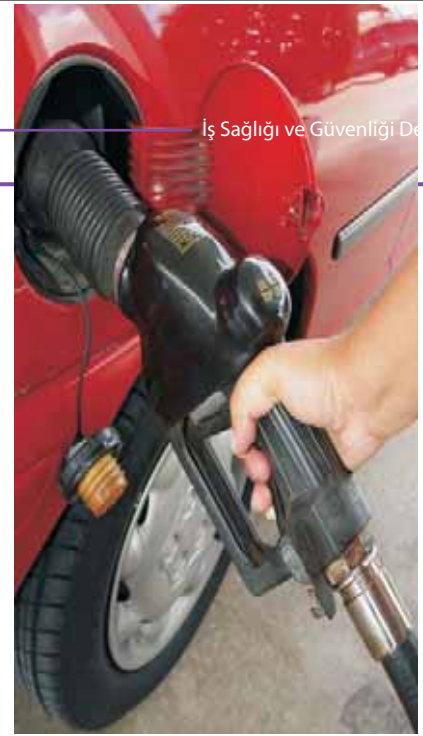
Sıvılaştırılmış Gazlar; belirli basınç ve sıcaklıkta gaz halinden sıvı haline veya sıvı halden gaz haline dönüşebilen gazlardır. Bunlardan en önemli ve en çok bilineni ise, kısaca "LPG" olarak bilinen Sıvılaştırılmış Petrol Gazıdır (LPG). İngilizce "*Liquefied Petroleum Gases*" kelimelerinin ilk harflerinden oluşan LPG, bilinen en önemli sıvılaştırılmış gazdır ve petrol kökenli bir üründür.

Sıvılaştırılabilen diğer önemli gazlar ise; sıvı doğalgaz, oksijen, azot, argon, helyum, karbondioksit, vb gazlardır.

Ham petrolün, rafinerilerde arıtılması ile veya doğalgazdan elde edilen LPG'nin bileşimi %70 bütan, %30 propan karışımından oluşmuş olup; havadan ağır ve yanıcı bir gazdır. Türkiye'de daha çok mutfaklarda ve bu arada ısınma, aydınlanma ve sanayimizin birçok kesimlerinde kullanılan, dünyada ve özellikle de ABD'de otomotiv sanayinde araçlara enerji elde etmede, havalandırma cihazlarının çalıştırılmasında, petrol kuyuları sondaj donanımlarına güç elde etmede karşımıza çıkan LPG; Propan (C_3H_{10}) ve Bütan (C_4H_{10}) gazlarının belli oranlardaki karışımından oluşmaktadır. Dünyadaki LPG üretiminin %61'i doğal gazdan, %39'u ise petrolün rafinerilerde işlenmesi yolu ile elde edilmektedir.

LPG, oda sıcaklığı ve bir atmosfer basınç altında gaz halinde olup basınç uygulandığında sıvılaşmaktadır. LPG sıvılaştırıldığında hacmi önemli ölçüde azalacağından dolayı taşıma, depolama ve ölçme işlemleri sıvı haldeyken yapılmaktadır. Basınç düşürüldüğünde çevreden aldığı ısı ile gaz haline dönüşmekte ve gaz halindeyken kullanılmaktadır. Evlerde; yemek pişirmede, ısıtmada, soğutmada kullanılmaktadır. Bunların dışında da kullanım alanları oluşmaktadır (aydınlatma, çöp yakma fırınları vb.). Ticari alanlarda; otel, lokanta, fırın, hastane, küçük sanayi işletmelerinde, büyük kuruluşlarda yemek pişirmede, su ısıtmada, sterilizasyon gibi işlerde kullanılmaktadır. Taşıtlarda; içten yanmalı motorlarda motor yakıtı olarak otomobil, kamyon, otobüs, traktör, forklift, tren ve elektrik santrallerinde kullanılmaktadır.

LPG havadan ağır olduğu için kaçak durumunda su gibi akar ve en derin yerde birikir. Basınç uygulanarak sıvılaştırılan



LPG'nin hacmi düşer ve taşıma, depolama, ölçme işlemleri kolaylıkla yapılır. Basıncı kaplar içerisinde sıvı halde depolanan LPG, kullanıldığı cihaza transfer edilirken uygulanan basıncın kaldırılması ile gaz hale geçer ve gaz fazında kullanılır. Normalde renksiz ve kokusuz olan LPG, bulunduğu ortamda kullanıcılar tarafından kolaylıkla ayırt edilmesi için, etil merkaptan ile kokulandırılarak tüketiciye sunulur.

Artan motorlu taşıt sayısına paralel olarak hava kirliliğinin artması, araştırmacıları çevreye zarar vermeyen alternatif yakıtların arayışına itmiştir. LPG bilinçli kullanıldığında insanlar için bir çok yakıttan daha ekonomiktir. LPG çevre dostudur ve LPG kullanan araçlar atmosfere daha az miktarda zararlı gaz yayarlar.

LPG'nin endüstride, konutlarda ve taşıtlardaki giderek yaygınlaşan kullanımı beraberinde başta yangın ve patlama olmak üzere önemli riskleri getirmektedir. LPG, yüksek derecede yanıcı bir maddedir ve atmosferik koşullara maruz kaldığında hızla patlayıcı hava - hidrokarbon karışımı oluşturur. LPG sıvısı deri veya göz ile temas ettiğinde soğuk yanıkları oluşur. Yüksek konsantrasyonda LPG buharını kısa süreli dahi olsa solumak baygınlığa veya ölüme sebep olabilir.

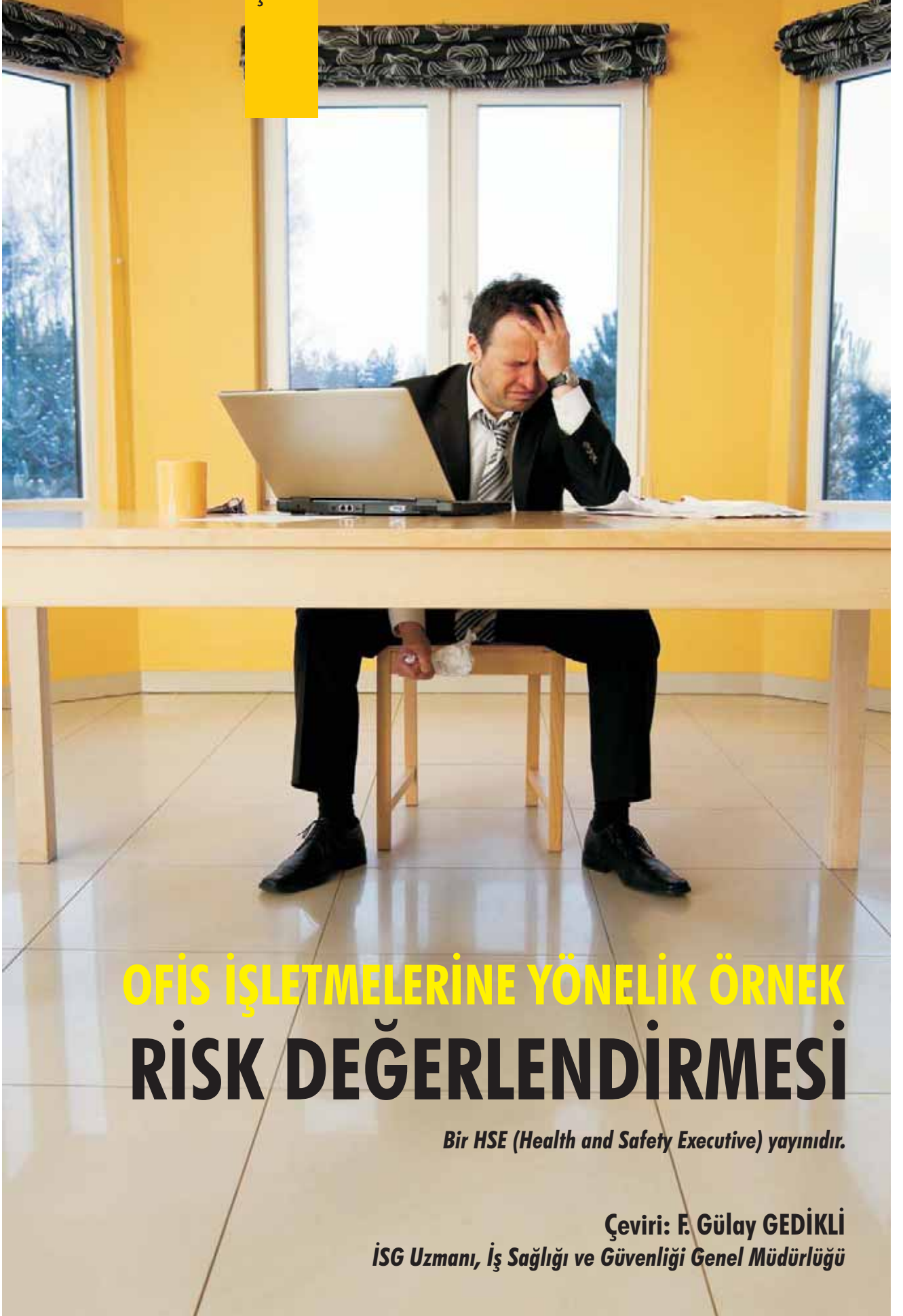


LPG'nin patlaması için bu gazın hava içinde hacimce en az %2, en çok %9 sınırları dahilinde karışmış olması gereklidir. Bu sınırların altında ve üstünde patlama olayı gerçekleşmez. Eğer tüpten veya tanklardan LPG sızıntısı saptanmışsa, derhal tüp veya tank valfi kapatılarak sızıntı durdurulmalıdır. Bu sırada ortamda yanıcı bir gaz karışımı oluşacağından, kıvılcım çıkartarak yanmayı başlatabilecek eylemlerden kaçınılmalı, kıvılcım çıkarabilecek donanımlar ortamdaki uzaklaştırılmalıdır. Elektrik düğmeleri kullanmamalıdır. Ortamda hava dolaşımı sağlanmalı ve derhal ortamda bulunan personel telaşa ve paniğe meydan vermeden ortamdaki uzaklaştırılmalıdır. İtfaiyeye ve eğer mümkünse ilgili firmaya haber verilmelidir.

Zorunlu hallerde, koruyucu giysi ve solunum cihazı kullanılarak eğitilmiş personel kurtarma işlemini gerçekleştirmelidir. Bunların dışında; LPG tanklarının emniyet mesafeleri standartlara uygun olmalıdır. Sigara içilmez, yanıcı ve parlayıcı madde, ateşle yaklaşma gibi ikaz levhaları tankın veya ilgili yerin etrafında, güvenlik tel örgüsü üzerinde ve LPG'nin kullanıldığı yerlerde bulundurulmalıdır

Yapılan iş gereği ürün kaçaklarının olması beklenen iş yerlerinde genel veya lokal havalandırma tedbirleri alınmalıdır. Yapılan işe ve LPG kullanımına uygun olarak gerekli kişisel koruyucu donanımlar çalışanlar tarafından kullanılmalıdır. Mevcut standart, yönetmelik ve tüzüklerde LPG'nin kullanımı ve alınması gereken önlemlere ilişkin maddeler yer almaktadır.

çeviri



OFİS İŞLETMELERİNE YÖNELİK ÖRNEK RİSK DEĞERLENDİRMESİ

Bir HSE (Health and Safety Executive) yayınıdır.

Çeviri: F. Gülay GEDİKLİ
İSG Uzmanı, İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

Senaryonun belirlenmesi

Yönetim ve finansal danışmanlık hizmetleri sağlayan ofisimiz, 10 katlı bir iş merkezinin 2 katını kiralık olarak kullanmaktadır. Bu ofisteki risk değerlendirmesi ofis müdürü tarafından gerçekleştirilmiştir.

Ofiste 18 çalışan bulunmakta ve bunlardan biri de tekerlekli sandalye kullanmaktadır. Ofiste tipik ofis mobilyaları ve ekipmanları kullanılmaktadır. Her katta yiyecek ve içeceklerin hazırlanabileceği bir mutfak, tuvalet ve lavabolar bulunmaktadır.

Her akşam bu ofisler, genel ofis temizlik yüklenicileri tarafından temizlenmektedir. Bu firma temizlik malzemelerini kendilerine ait kilitli bir depoda saklamaktadır.

Ofis binası 2000 yılından önce inşa edilmiştir. Mülk sahibi binayı, asbestos varlığına karşı inceletmiş ve bu incelemenin sonuçlarını tüm kiracılar ile paylaşmıştır. Asbestos içeren maddeler bulunmuş ancak durumları iyi olmakla beraber, hasar görecektir, çalışılan ya da etkilenilecek yerlerde olmadıkları tespit edilmiş ve bu şekilde bırakılmalarına karar verilmiştir.

Ofis binası, 7 gün 24 saat güvenlik kapsamında bulunmasına rağmen, hafta

içi ve hafta sonu 21:00 ile 06:00 arasında kilitli tutulmaktadır.

Bu örnek risk değerlendirmesi ofis işletmelerine yönelik hazırlanmış olsa da, bünyesinde ofis bulunan tüm işletmelerde model olarak alınabilir.

Risk değerlendirmesi nasıl yapılmıştır?

Risk değerlendirmesi yapılırken “Beş adımda risk değerlendirmesi rehberi” kullanılmıştır.

1. Tehlikeleri belirlemek için:

- İşyerinde dolaşarak etrafta tehlike yaratabilecek bir durum veya nesne bulunup bulunmadığı araştırılmıştır.
- Tekerlekli sandalye kullanan çalışanlar da dahil olmak üzere tüm şef ve personel ile, alan ve faaliyetlerine yönelik bilgi ve deneyimlerini öğrenmek ve işyerlerinde sağlık ve güvenlik ile ilgili görüş ve sorunlarını dinlemek amacıyla görüşülmüştür;
- Temizlik faaliyetlerinin ofis çalışanlarına ve ofis çalışanlarının da temizlik faaliyetlerine yönelik bir risk teşkil edip etmediği araştırılmıştır;
- Olayların daha önce nasıl sonuçlandığını görmek amacıyla işyerinde tutulan kayıtlara bakılmıştır.

2. Daha sonra, tehlikelerden kimlerin nasıl etkilenebileceği not alınmıştır.

3. Her bir tehlike için, bu tehlikelere yönelik hangi kontrollerin (önlemlerin) mevcut olduğu not edilmiştir. Halihazırda uygulanmakta olan önlemlerin yeterli olmadığı kanısına varılıyor ise, riskin kontrol edilmesi için başka ne gibi çalışmaların yapılması gerektiği not alınmıştır.

4. Risk değerlendirmesinin uygulamaya konulmasının ardından,

sonraki adımların kimler tarafından ne zaman atılması gerektiği konusunda karar verilmiş ve bunlar kayıt altına alınmıştır. Her bir madde tamamlanıldığında, listede bu maddelere karşılık gelen alanlara işaret konulmuş ve tarihleri not edilmiştir. Risk değerlendirmesi, tüm personelin görebileceği şekilde personel odasında duvara asılmıştır.

5. Gerçekleştirilen ofis toplantısında müdür, personel ile değerlendirmenin sonuçlarını tartışmış ve risk değerlendirmesinin kopyalarını dağıtmıştır. Ofis müdürü risk değerlendirmesini her yıl düzenli olarak veya işyerinde herhangi bir büyük değişiklik olduğunda derhal güncelleme kararı almıştır.

Önemli hatırlatma

Bu örnek risk değerlendirmesi, küçük bir işletmenin benimseyebileceği bir yaklaşımı örneklemektedir. Bu örneği, işletmenizdeki bazı tehlikeler ile, var olan risklerin kontrol altına alınmasına yönelik adımları gözönünde bulundurabileceğiniz bir rehber olarak kullanınız. Her işyerlerinde bulunan tehlikelerin farklılık göstermesi nedeniyle, bunun, üzerinde hiç düşünmeden tamamiyle olduğu gibi uygulayabileceğiniz bir risk değerlendirmesi olmadığına lütfen dikkat ediniz. Bu durum yasal düzenlemelere uygun olmadığı gibi kişilerin korunmasına yönelik etkin bir yöntem de olamaz.

Her iş değişiktir. İşinizdeki tehlikeler ve gerekli olan kontroller hakkında kendinizin fikir sahibi olması gerekmektedir.



Tehlikeler nelerdir?	Kim nasıl hasar görebilir?	Hali hazırda ne yapıyorsunuz?	Yapılması gereken daha başka neler var?	Kim tarafından	Ne zaman?	Yapıldığı tarih:
Kayma ve düşmeler	Personel ya da ziyaretçiler yerdeki döküntülerden dolayı kayabilir ya da nesnelere takılarak düşebilirler.	Kat hizmetlerinin iyi bir şekilde yapılması, Basamaklar dahil olmak üzere tüm alanların iyi aydınlatılması, Kablo ve döşeme uçlarının açıkta bulundurulmaması, Personelin çalışma alanını temiz tutması, örneğin yürüme yolunda iş ekipmanlarının veya materyallerin bulundurulmaması, Ofisin her akşam temizlenmesi.	Personelin kullandığı mutfağın daha iyi temizlenmesi, özellikle yere dökülenlerin temizlenmesi.	Şeflerin gözetiminde tüm personel	Şu andan itibaren	01/04/09
Kağıt, ofis ekipmanları vb gibi yüklerin elle taşınması	Ağır nesneleri kaldırarak elle taşıyan personelde yaralanma ve sırt ağrıları.	Yüklerin, ağır nesneler ile kutuların taşınması esnasında taşıyıcı arabaların kullanılması. Yüksek rafların yalnızca hafif nesneler için kullanılması.	İkinci kattaki halı döşemenin kenar uçlarının düzenlenmesi	Müdür	Şu andan itibaren	
Ekranlı araçlar	Personelde postür bozukluğu nedeniyle ağrı, rahatsızlık ve yaralanma olabilir. Örneğin tekrarlı hareketlerden dolayı el ve bilek ağrıları ya da tasarımı uygun olmayan çalışma masaları ve çalışma ortamından kaynaklanan sırt ağrıları gibi. Aydınlatmanın az olması durumunda gözlerde ağrı ve kızamıklıklar da olabilir.	İşe yeni başlayan tüm personelin çalışma istasyonunu ile ilgili olarak bilgilendirilmesi, Aydınlatma gibi çalışma ortamında değişiklik ekipman ve ofis mobilyalarında değişiklik yapılması durumunda değerlendirmenin yeniden yapılması, Sağlıklı bir postür sağlanması ve ekranda yansımalarının önlenmesi amacıyla çalışma masası ve aydınlatmanın ayarlanması, Paylaşılan çalışma istasyonlarının değerlendirilmesi, Düzenli dinlenme araları ile aktivitelerin değiştirilmesi gibi durumların iş planına dahil edilmesi, Aydınlatma ve ortam sıcaklığının düzenli kontrolü, Gün ışığının kontrolü amacıyla pencerelerde ayarlanabilir koruyucuların bulundurulması, Ortamdaki gürültü düzeyinin kontrol edilmesi, İhtiyaç duyanlara göz muayenesi yapılması, ekranlı araçların kullanımından kaynaklanan masrafların yöneticiler tarafından karşılanması, Ofis dışı alanlarda dizüstü bilgisayar kullananlara kendi değerlendirmelerini yapmak üzere eğitim verilmesi. Ofis içi kullanımda dizüstü bilgisayarların, klavye, fare ve laptop tutacağı ile kullanılması.	Çok ağır olan ve kaldırılması risk oluşturan nesnelerin elle kaldırılmaması- taşınmaması konusunda personele talimat verilmesi.	Müdür	04/05/09	
			Personelin bilgisayarlardan uzaklaşarak, ara dinlenmeler, vermesi konusunda şefler tarafından kontrolün sağlanması.	Şefler		
			Kendi değerlendirmelerinde belirledikleri hususların derhal yapıp yapılmadığının kontrolü.	Müdür		
			Bilgisayar kullanımından kaynaklanabilecek bir ağrı hissedildiğinde, müdürün bilgilendirilmesi hususunda personele talimat verilmesi.	Tüm personel		
			Koruyucuları kırık olan pencerelerin bildirilmesi.	Firma sekreteri		
			Dizüstü bilgisayar kullanıcılarına, problemlerin belirlenmesi ve bunların önlenmesi amacıyla düzenli olarak kendi değerlendirmelerini yapmalarının hatırlatılması.	Müdür		

Tehlikeler nelerdir?	Kim nasıl hasar görebilir?	Hali hazırda ne yapıyorsunuz?	Yapılması gereken daha başka neler var?	Kim tarafından	Ne zaman?	Yapıldığı tarih:
Yüksekte çalışma (üst raflarda dosyalama, dekorasyonun düzenlenmesi vb.)	Herhangi bir yükseklikten düşmek, zedelenme ve kırıklara neden olabilir.	Üst raflarda çalışma, dosyalara ulaşılması ve dekorasyonun düzenlenmesi işleminde personelin sandalye üzerinde çalışması. İç camların temizlenmesi sırasında yüklenici tarafından ayaklı merdiven kullanılması.	Sandalyeler oldukça dengesizdir. Uygun bir ayaklı merdiven alınacak ve personele uygun kullanım hakkında bilgi verilecektir.	Müdür		
Stres	Tüm personel, iş üzerinde kontrol eksikliği, şiddet ya da rol belirsizliği gibi etkenlerden etkilenebilir.	Personelin görev ve sorumluluklarını anlaması. İşyerindeki durumdan hoşnut olmayan personel, müdür ya da yönetici ile bu durum hakkında rahatça konuşabilmektedir. Şiddetle hayır politikası.	İş nedeniyle kendini rahatsız ve huzursuz hisseden personele, müdür ve yöneticiler ile gizlilik prensibine bağlı olarak (kınama olmaksızın!) konuşabileceklerinin hatırlatılması.	Müdür		
Elektrik	Hasarlı elektrikli ekipmanların kullanımından dolayı elektrik çarpması ya da yanıklar oluşabilir. Aynı zamanda yangına sebebiyet verilebilir.	Personel, hasarlı fiş, rengi bozulmuş priz ya da hasarlı kablo/ekipmanların tespit edilmesi ve yöneticiye bilgi verilmesi hususunda eğitilmiştir. Hasarlı ekipmanlar güvenli bir şekilde sökül-mekte ve derhal yenileriyle değiştirilmektedir. Personele; tost makinesi, çay makinesi ve vantilatör gibi elektrikli özel cihazlarını ofise getirmemesi söylenmiştir.	Mal sahibine, bir sonraki elektrik hattı kontrolünün ne zaman yapılacağına sorulması.	Ofis yöneticisi		
Asbest Asbest içeren materyaller (ACMs) bazı bölümler arası duvarlarda mevcuttur.	İşyerindeki normal aktiviteleri yürütmekte olan personel ile diğerleri, havaya lifler karışmadığı ve liflerin solunmadığı sürece asbest bakımından düşük risk altındadır. En çok risk altında olanlar tamir (bakım) personeldir.	Kesitler arası duvarlar iyi durumdadır ve normal aktiviteler süresince asbest ile temas söz konusu değildir. Güvenli çalışma ortamının sağlanması için, yüklenici ile asbeste temas edebilecek diğerlerini bilgilendirecek sistemler mevcuttur. "Tehlike, asbest, temas etmeyin" gibi uyarıların kesit duvarlarına asılması. Herhangi bir hasar olması durumunda derhal rapor edilmesi hususunda personele uyarı yapılmıştır.	Bir sonraki personel toplantısında, asbeste temas edilmemesi ve bölümler arası duvarlardaki herhangi bir hasarın bildirilmesi gerektiğinin hatırlatılması.	Müdür		
Yangın	Yangına maruz kalan personel dumanın solunmasından kaynaklanan ölümcül yaralanmalar ile yanıklardan yakınabilir.	Mal sahibi ile işbirliği, yangına özel risk değerlendirmesinin yapılması ve gerekli önlemin alınması.	Yangına özel risk değerlendirmesi sonucunda yapılmasının gerekli olduğu tespit edilen eylemlerin yapılmasının sağlanması.	Müdür	Şu andan itibaren	
Yalnız başına çalışma	Ofis dışında iken personel yaralanabilir ya da hastalanabilir. Örneğin müşteri ziyaretlerine çıkıldığında ya da ofiste tek başına çalışırken.	Müşteri ziyaretlerinin ofisteki defterlere kayıt edilmesi ve irtibat numaralarının not edilmesi. Ziyaret sonrası ofise dönmeyen personelin aranması ve bu durumun rapor edilmesi. Gece kilitleme işlemi yapılmadan önce güvenlik elemanlarının lavabolar dahil her yer kontrol etmesi.	Ofis dışında olan personelin, ofiste çalışmakta olan personel tarafından kontrol edilmesi.	Ofis yöneticisi	Şu andan itibaren	



ÇALIŞAN GENÇLERİN GÜVENLİĞİ GÖZETMENLERE ÖNERİLER

F. Gülay GEDİKLİ

İSG Uzmanı, İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

Giriş

Avrupa istatistiklerine göre, 18 – 24 yaş arasındaki genç çalışanlarda görülen iş kaynaklı yaralanma oranı, diğer yaş gruplarındaki çalışanların oranından %50 daha fazladır. Yeterli gözetim ve denetim yapılmaması, bu derece yüksek kaza oranının altında yatan faktörlerden birisidir. İşyerindeki gençler; yaptıkları işe, çalışma ortamına ve kendilerini etkileyebilecek risklere aşina değildir. Deneyimsizlikleri, karşılaşılabilecekleri riskleri fark edemeyecekleri ya da bu

risklere yeterince dikkat edemeyecekleri anlamına gelmektedir. Ayrıca, 18 yaşın altındaki gençlerin çalışmasıyla ilgili bazı belirli sınırlamalar vardır. Bu nedenlerle, çalışan yetişkinlerle karşılaştırıldığında, gençler eğitimin yanında gözetime de daha çok ihtiyaç duymaktadırlar. Bu gençlerin arasında, staj ya da eğitim amacıyla işe yerleştirilen öğrenciler ve işe yeni alınan gençler de bulunmaktadır.

17 yaşındaki bir genç kız, tatil döneminde çalışmak için başvurmuş olduğu işe başladıktan yalnızca bir saat sonra,

parmağının bir kısmını kaybetti. Parmakları, çalışmakta olduğu fırında kullanılan bir makinede ezildi. Bu olayla ilgili olarak; genç kızın gözetmeninin, kazanın olduğu ana kadar, kızın makineyi kullandığından haberdar olmadığı, sağlık ve güvenlik eksiklikleri için tutulan kayıtlara geçirildi.

23 yaşındaki genç bir adamda, boya püskürtme tabancalarını temizlemek için kullanılan yanıcı bir maddeyle temas etmesi sonucu, ileri derecede yanıklar oluştu. Söz konusu şirketin hiç de güvenli

olmayan yöntemleri arasında, tabancaların temizlenmesi için kullanılan maddenin etiketlenmemiş olması ve açık kovalarda taşınmasının yanı sıra eğitim ve gözetim eksikliği de bulunmaktaydı.

16 yaşındaki gencin, işe başladığı ilk günün daha ilk iki saati bile dolmadan, 18 tonluk çöp kamyonunun basamağından düşerek, kamyonun altında sürüklenmesi sonucu bacakları kırıldı. Bu vakada ise, güvenlik prosedürleri mevcut olmakla birlikte, bu prosedürlerin takip edilmesini sağlayacak olan sistem yetersizdi. Eğitim ve gözetim eksikliği, dikkate değer bir sorun teşkil ediyordu.

İşvereninizin Gözetimle İlgili Düzenlemeleri

İşverenin, gençlere gözetim hizmeti verebilmek için bazı düzenlemeler oluşturmalarıdır. Ayrıca, gençlerin işyerinde karşılaşabilecekleri belli başlı riskleri belirlemek, gerekli koruyucu tedbirleri alabilmek ve gençlerin gözetim ihtiyaçlarını tanımlayabilmek için risk değerlendirmesi de yapılmalıdır.

Gözetim görevinizi yerine getirebilmeniz için, işverenin aşağıdakileri yapmalıdır:

- > Gençlerin çalışmasıyla ilgili riskler ve alınması gereken kontrol tedbirleri; gençlerin yapabilecekleri görevlere getirilen sınırlamalar;

İhtiyaç duyulan gözetim düzeyi ve sürekli gözetim isteyen bazı iş uygulamaları konularında sizi eğitmelidir.

- > Gençlerle çalışırken ortaya çıkabilecek sağlık ve güvenlik sorunları ve gözetmen olarak rolünüz konularında sizi eğitmelidir.
- > Size düşen rolü, sizden neler

beklendiğini ve gözetim görevlerinizi nasıl yerine getirmeniz gerektiğini size anlatmalıdır.

- > Gözetim görevlerinizi yerine getirmeniz için size yeterli zaman ve yetkiyi vermelidir.
- > Gözetmenliğini yapacağınız işlemler doğrultusunda, sağlık ve güvenlik alanında yeterliliğinizi sağlamalıdır.
- > Çalışan gençlerin güvenliği ile ilgili gözetim görevlerinizi yapabilmeyi, sorunları rapor edebilmeyi, sorunlu alanların iyileştirilmesi yönünde önerilerde bulunabilmeniz için gerekli düzenlemeleri yapmalıdır.

Gözetim: Hayati Bir Yol

Gözetmenler olarak, çeşitli yollarla gençlerin sağlığını ve güvenliğini sağlamak konusunda önemli bir rolünüz bulunmaktadır.

- > Güvenli çalışma uygulamalarının gerçekleştirilmesini sağlamak,
- > Bu güvenli uygulamaların önemini anlatmak,
- > Gençler için iyi bir örnek teşkil etmek,
- > Güvenlik kültürünün benimsenmesine yardımcı olmak,
- > Güvenli davranışları ödüllendirmek.

Gençlerin deneyimi az olabilir, ancak yine de güvenliği ilgilendiren konulara katılımlarını teşvik etmek ve fikirlerini almak son derece önemlidir. Çalışan gençlerin sağlığının ve güvenliğinin korunması için risk değerlendirmesi üzerine temellendirilmiş çeşitli düzenle-

melerin bulunması gerekir. Alınan tedbirler düzenli olarak gözlemlenerek, beklentileri karşılayıp karşılamadıkları kontrol edilmeli ve herhangi bir değişiklik ya da yenilemeye gereksinim olup olmadığına bakılmalıdır.

Siz de herhangi bir sorun ya da değişiklikle karşılaştığınızda, bunu mutlaka bildirmeli ve gençleri de bu tür endişe ve sorunları bildirmeleri yönünde teşvik etmelisiniz.

Genç Çalışanlara Yönelik Gözetim Şunları İçermektedir

Öğrencilerin, kendilerine verilen görevlerle ilgili yeteneklerini ve yeterliliklerini **değerlendirmek**,

Gençler genellikle daha hassastır ve diğer çalışanlardan daha yakın bir gözetime ihtiyaç duyabilirler; bu nedenle gençlerin yaralanmasına sebep olabilecek tehlikeleri **belirlemek**,

Yaralanmaları önleyebilecek etkili kontrolleri ve tedbirleri **uygulamak** (örneğin, kalkanlar, bariyerler, yasaklar, denetimler, anlık kontroller 'spot check', bilgilendirme, eğitim, prosedürler ve gözetim), Güvenli çalışma prosedürlerini sürekli olarak basitleştirmek ve **geliştirmek**,

Gençleri, iyi uygulamalarla ilgili **bilgilendirmek ve yönlendirmek**,

Doğru prosedürleri, gerekirse son derece yavaş bir biçimde **göstermek**,

Bireylerin yeterliliklerine göre **görev dağılımı yapmak** ve bireyler yeterli hale gelene kadar doğrudan gözetim sağlamak,

Gerektiğinde, gençlerin doğru prosedürler ve tedbirlerle ilgili anlayış düzeyini **kontrol etmek**,

Performanslarını **gözlemek** ve gerektiğinde anlama düzeylerini artırmak için yapılan eylemle ilgili örnek gösterimini tekrar etmek,

Gençleri **dinlemek**, fikirlerini almak ve onlarla paylaşım içinde olmak, örneğin; gençlerin de risk değerlendirmesine katılımını sağlamak,

Gençleri sizin yokluğunuzda nereden yardım ve tavsiye alabilecekleri ve emin olmadıkları bir durumda ne yapmaları gerektiği konularında **bilgilendirmek**,

Acil durum prosedürleri konusunda bilgi sahibi olmalarını **sağlamak**,

Yaptıkları görevlerle ilgili güvenli çalışma prosedürlerini ve koruyucu donanım veya giysilerle ilgili gerekli yazılı talimatları basılı olarak **hazırlamak**,

Sağlık ve güvenliğin önemini açıklayan, doğru tutum ve davranışları teşvik eden, bilinç düzeyini artıran ve iyi örnek teşkil eden **değerleri telkin etmek**,

Motive etmek, arkadaşlık etmek, rahatlatmak ve rehberlik etmek,

Kontrol etmek, organize etmek ve gerektiğinde disiplin altına almak.

18 Yaşın Altındaki Gençlerin Özel İhtiyaçları

Gözetmenler, gözetim altındaki gençlerin yapmalarına izin verilmeyen bazı belirli işler olduğunun bilincinde olmalıdır.

Genel kural olarak, *onsekiz yaşın altındaki gençlerin* aşağıda belirtilen işleri yapmalarına izin verilmemelidir.

- > Kendi fiziksel ya da zihinsel kapasitelerini aşan işler,
- > Zehirli olma özelliğine sahip ya da kansere sebep olan işler,

- > Radyasyon maruziyeti gerektiren işler,
- > Aşırı ısı, gürültü ya da titreşim içeren işler,
- > Gençlerin deneyimsizlik ya da güvenliğe yeterli dikkati göstermemek gibi nedenlerle gözden kaçırabilecekleri türden riskler içeren işler.

“İşyerindeki gençlerin korunması” başlıklı bültenimiz; gençlere verilebilecek görevlerle ilgili sınırlamaları, yaş ve saat sınırlamalarını, mesleki eğitimdeki özel istisnalarla ilgili daha fazla ayrıntıyı içermektedir.

Eğer gözetiminden sorumlu olduğunuz gençlerin çalışmalarıyla ilgili herhangi bir şüpheniz varsa, konuyu işvereninizle görüşünüz. Kesin yükümlülüklerle ilgili olarak, lütfen ulusal mevzuatımıza bakınız. <http://isggm.calisma.gov.tr>

Danışmanlık

Bazı işverenler, kendileriyle çalışan gençler için birer danışman tayin etmektedirler. Bu danışmanın rolü, özellikle kendi himayelerine verilen gençlerle ilgilenmek ve onlara rehberlik etmektedir. Görevleri şunları içermektedir.

- > Gelecekteki çalışma yaşamlarının tesis edilmesini sağlamak için, gençlere işin en doğru yolla yapılışını öğretmek. Sorunların çözümünde, yeterli bilgi ve beceriye sahip olduğunda kısa ve pratik yöntemler kullanılır; ancak genç çalışanlar bu bilgi ve beceriden yoksundur.
- > Gençleri katılımcı olmaya, risk ve tedbirler ile ilgili sorular yöneltmeye ve gördükleri tehlikeleri bildirmeye teşvik etmek.

- > Ne yapılacağından emin olmadıklarında “hayır” demenin doğru olduğu konusunda gençleri ikna etmek.

- > Doğru ekipmanları kullanmanın ve doğru tedbirleri almanın gerekliliğini vurgulamak.

22 yaşında bir çalışan, tren yolu hattının oldukça hareketli bir bölümünde çalışırken, bir trenin kendisine çarpması sonucu hayatını kaybetti. Bu genç öğrenci sadece birkaç vardiya çalışmıştı ve yalnızca temel bireysel güvenlik kursuna katılmıştı. İş yerinde güvenlik prosedürleri ve gözetim yetersizdi. Olayın ardından iş bulma ajansı, yeni başlayan personelin gelişimini izlemeye yardımcı olacak bir danışmanlık sisteminin de içinde bulunduğu çeşitli düzenlemeler yaptı.

Genç çalışanlarla ilgili daha **aytıntılı bilgi** için: <http://ew2006.osha.eu.int>

Ülkemiz mevzuatıyla ilgili ayrıntılı bilgi için, <http://isggm.calisma.gov.tr>

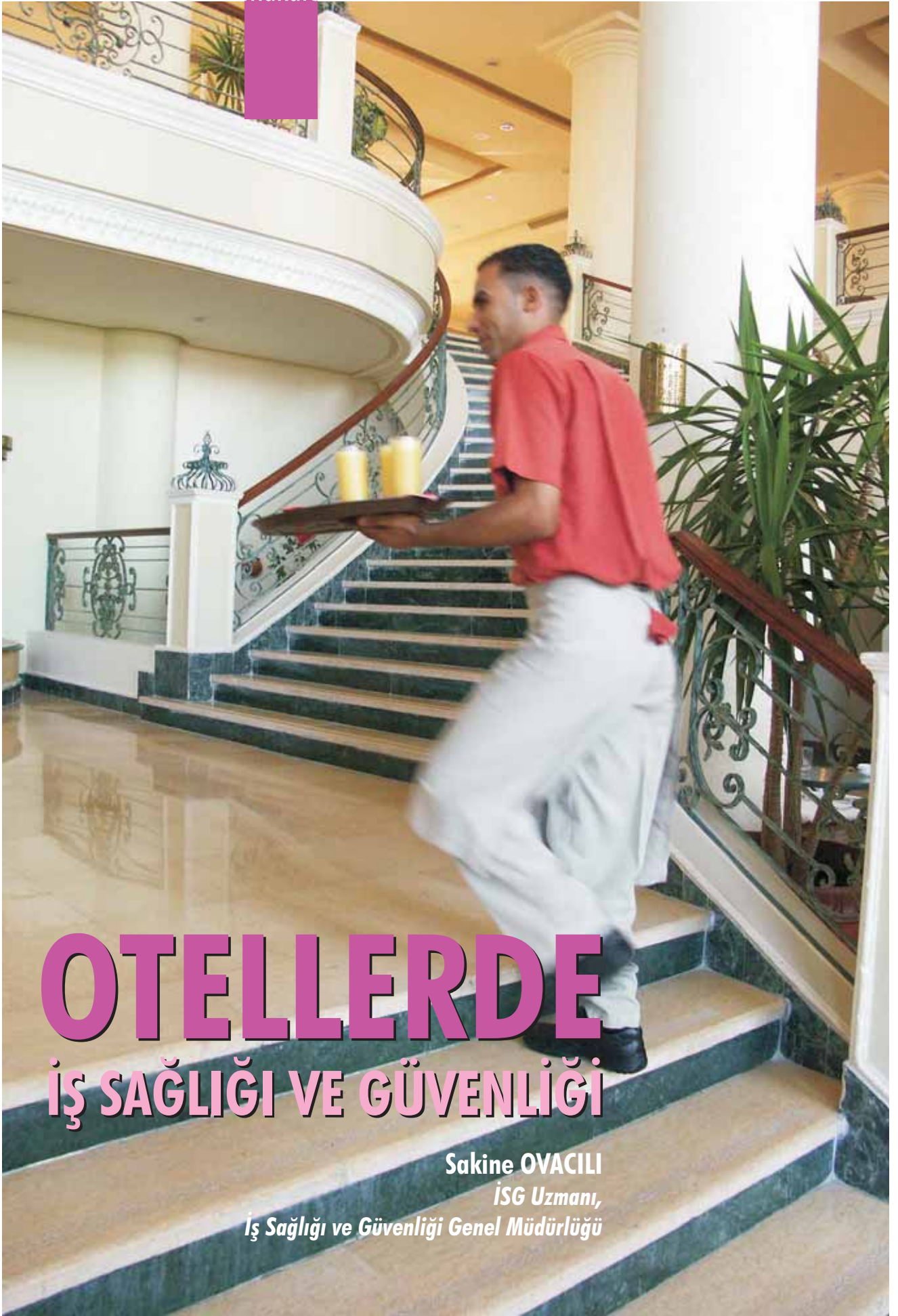
İngiltere’ye yönelik rehberlik hizmetleriyle ilgili ayrıntılı bilgi için, <http://www.hse.gov.uk>

İrlanda’nın mevzuatıyla ilgili ayrıntılı bilgi için, <http://www.hsa.ie>

Malta’nın mevzuatıyla ilgili ayrıntılı bilgi için, <http://mt.osha.eu.int/legislation>

Kaynak

<http://osha.eu.int>



OTELLERDE İŞ SAĞLIĞI VE GÜVENLİĞİ

Sakine OVACILI

İSG Uzmanı,

İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

Hizmet Sektörü

İşgücünün tarımdan sanayiye kaydığı sanayi devrimi ile birlikte değişen çalışma yöntemleri ve koşullarına bağlı olarak ortaya çıkan çalışan sağlığı ve verimlilikle ilgili kayıplar, iş sağlığı ve güvenliğini önem verilen bir konu haline getirmiştir. Günümüzde ise, sanayiden daha farklı çalışma yöntem ve koşulları olan diğer bir sektör, hizmet sektörü, hızla yükselmektedir.

Özellikle sanayisi gelişmiş ülkelerin, işgücü, hammadde maliyetleri gibi nedenlerle, üretimi kendi ülkeleri dışında başka ülkelerde gerçekleştirme ve insan gücünü hizmet sektörüne yönlendirme eğilimi göze çarpmaktadır. Hizmet sektöründeki uluslararası ticaretin artışı da bunu açıkça göstermektedir.

Hizmet sektöründe, ticaret, haberleşme, ulaşım, finansman, sağlık hizmetleri, bilgi işlem, eğitim gibi birçok kritik iş kolları mevcuttur. Son 30 yılda, 44 milyon yeni istihdam sağlayan hizmet sektörü, işgücüne yeni katılan kadın, azınlık ve genç işçilere yeni iş imkânları bulmada önemli bir rol oynayarak ekonomide kalıcı bir yer edinmektedir. Hizmet sektöründeki büyüme, bu sektörün özelliklerine bağlı olarak yeni iş sağlığı ve güvenliği sorunlarını beraberinde getirmektedir. Sanayide karşılaşılan risklerin ve tehlike kaynaklarının belirgin olması, kimi zaman çevre ve toplum sağlığını etkileyebilecek düzeylere ulaşması, sanayideki iş sağlığı ve güvenliği sorunlarının hizmet sektörüne kıyasla daha fazla algılanmasına neden olabilmektedir. Bununla birlikte hizmet sektörü, bilinenlerden farklı, değişen ve yeni ortaya çıkan tehlikeler içerdiği için

riskli ve öncelik verilmesi gereken bir sektördür.

Turizm Sektörü

Ülkemizde de giderek büyüyen hizmet sektörünün önemli kollarından biri de, Turizm sektörüdür. Tatil ya da iş amacıyla yurtiçinde ya da yurt dışında yer değiştiren kişilere

hizmet sunulan Turizm sektörü, ülkeler için başlıca bir gelir kaynağıdır. Turizm sektörü ülkemiz için de, yükselen sektörlerden biridir. Örneğin Türkiye'de 2003 yılında 300.000 civarında olan turizm belgeli konaklama tesisi sayısı, 2006 yılında 500.000'in üzerine çıkmıştır.



Gelen turist sayısındaki yükselme, bu sektördeki işletme, tesis ve işgücü sayılarındaki artış, turizm sektörünün ülkemiz ekonomisine olan katkısını artırmaktadır. Bu büyüme, deniz, tarih, kültür, yaz-kış turizmlerinin gerçekleştirilmesi için birçok tarihi ve doğal kaynağı bulunan ülkemizin, turizm sektörü konusunda güçlü bir kapasitesinin olduğunu da göstermektedir.

Turizm sektörüne yapılan yatırımların artması, bu alandaki rekabeti ve istihdamı da artırmaktadır. Turizm sektöründe çalışan sayısı 2002'de 1,5 milyonken, 2005'te iki katına çıkmıştır. İstihdam artışına bağlı olarak her gün daha fazla çalışan, bu sektördeki çeşitli risk faktörlerine maruz kalmaktadır.

Konaklama Hizmetleri ve Oteller

Turizm sektörünün önemli bir bileşeni konaklama hizmetleri sunulmasıdır. Bu hizmeti sunan tesisler, türleri, işgücünün nitelikleri, yönetim şekilleri, büyüklükleri, yapılan işlerin çeşitliliğine bağlı olarak iş sağlığı ve güvenliğini olumsuz etkileyebilecek birçok faktörü içinde barındırmaktadır. Turizm sektöründe faaliyet gösteren tesislerin en bilinen türleri otel, motel, pansiyon, tatil köyleri, kampinglerdir. Temelde konaklama hizmeti sunulan bu tesisler arasında oteller, her ülkede bulunduğu, iş gezileri, toplantılar, tatil gibi birçok amaca yönelik hizmet sunabildiği için sektör içinde önemli bir yer tutmaktadır. Temel amacı konaklama hizmeti sunmak olan otellerde, ön büro, muhasebe, idari bölüm, kat hizmetleri, teknik servis, yiyecek içecek her otelde bulunan temel bölümlerdir. Bununla birlikte spor salonu, yüzme havuzu, kuaför, bilgisayar odası, hediyelik eşya satışı, ütü, bebek bakımı gibi çeşitli hizmet ve imkân sunanları da bulunmaktadır.

Otellerde İş Sağlığı ve Güvenliği

Her ülkede çok sayıda bulunan oteller,

turizm sektörü içinde en çok çalışanın istihdam edildiği tesislerdendir. Hizmet sektörünün temel bir özelliği olan müşteriye, görünen yüze, daha çok önem verilmesi, otellerdeki işlerin çeşitliliği ile birleştiğinde, çalışanların sağlık ve güvenliğinin ne kadar risk altında olduğunu ortaya koymaktadır. Büyük endüstriyel ocak, fırın, kazan, basınçlı kapların kullanıldığı, sanayideki kimi işletmelerden çok daha riskli oteller de mevcuttur.

İngiltere'de her yıl 8.900 otel çalışanı iş kazası geçirmekte, Avrupa'da otel ve restoranlarda çalışan her 100.000 çalışandan 3.532'si iş kazası geçirmektedir. Türkiye'de Risk Grupları Tebliği'ne göre oteller, 3. risk grubunda yer almaktadır. Sanayiden sayılmayan bu işyerlerinde, işyeri hekimi çalıştırmak dışında, İSG Kurulu oluşturmak gibi zorunluluklar yoktur.

Otellerde, dinlenme, tatil ya da iş amaçlı giden konukların konforu için gösterilen özenin, çalışanların sağlığı ve güvenliği için gösterildiğini söylemek zordur.

İşgücünün nitelikleri:

Otellerde yemek, çamaşır, bulaşık, temizlik, yük taşıma gibi sunulan hizmetlerin bir çoğu nitelikli insan gücü gerektirmemektedir. Bu nedenle, yönetim bölümleri hariç bir çok bölümde, çalışanların eğitim düzeyi düşüktür. Bu işler, kadın, genç, deneyimsiz, göçmen, eğitim düzeyi düşük kişilerin otellerde istihdamını yükseltmektedir.

İSG açısından özel olarak korunması gereken bu gruplar, diğer sektörlerde göre bu sektörde daha fazla bulunmaktadır. Bu nedenle otel yönetimleri bu grupları özel olarak koruyacak önlemleri almalıdırlar.



İşin özelliklerinden kaynaklanan riskler:

Oteller yönetim şekilleri, çalışan sayıları açısından oldukça geniş bir aralığa yayılmışlardır. Mikro düzeyde birkaç kişinin çalıştığı, aileler tarafından yönetilen tesislerden, holdinglerin bir parçası olarak yönetilen ve 1000'i aşkın çalışanı bulunanlar da mevcuttur. Bu durum, yönetimin, iş sağlığı ve güvenliğine verdiği önemi de doğrudan etkilemektedir.

Otellerde yapılan iş, misafirlerin konakladığı, yemek yediği, zaman geçirdiği alanların fiziki koşullarına öncelik verilmesini gerektirmektedir.

Bu nedenle, çalışanlara ayrılan bölümlerin, **fiziki imkânları** genellikle **yetersizdir**. Gelişen teknoloji ile mutfak, makine ve kimyasallarda daha çok kişiye hizmet sunabilmek amacıyla geliştirilen **endüstriyel ürünlerin** otellerde kullanımının yaygınlaşması, riski daha da artırmaktadır.

Müşteri ile yüz yüze çalışılması, sorunları çözme ve iletişim becerisini gerektirmektedir. Bu durum çalışan üzerinde **strese** neden olabilmektedir. Müşteri memnuniyeti için çalışanlar birçok durumda hızlı çalışmak durumunda-

dırlar. Bu da hem **strese** hem de **kas iskelet sistemi hastalıklarına** yol açabilmektedir. İşin, devamlı oturma, devamlı ayakta çalışma ya da devamlı aynı hareketleri tekrarlama da kas-iskelet sistemi hastalıklarının önünü açmaktadır. Müşterilerle yüz yüze çalışma, özellikle gece çalışanlar ya da tek başına çalışanlar açısından, **saldırı, taciz ya da şiddet** gibi riskleri de beraberinde getirmektedir. Stres altında çalışan işçiler, müşterilerle birlikte kendi işverenleri ya da iş arkadaşlarının da yıldırma, bezdirme gibi **psikolojik baskı** ve tacizlerine maruz kalabilmektedirler.

Otellerin, hizmette sürekliliği sağlayabilmeleri için, gece de dâhil olmak üzere bütün gün hizmet sunabilir durumda olmaları gerekmektedir. Bu nedenle, **vardiyalı çalışma** oldukça yaygındır. Vardiyalı çalışanlar, uyku, bes-

lenme bozuklukları, bağımlılık yapıcı madde kullanımında artış gibi çeşitli sorunlarla karşılaşabilirler.

Ayrıca, hafta sonları, bayramlar gibi tatil günlerindeki yoğunluk nedeniyle, **geçici personel** istihdamı sıklıkla başvurulacak bir yoldur. **İşçi değişim hızının yükselmesine** de neden olan bu durum, işini kaybetme korkusuna da yol açarak hem **sosyal güvenlik** açısından sorun teşkil edebilmekte hem de deneyimsiz çalışan sayısındaki artıştan dolayı **iş kazalarına** davetiye çıkarabilmektedir.

Otellerde risk değerlendirilmesi:

Otellerde iş sağlığı ve güvenliğini geliştirmenin ilk adımı, risk değerlendirmesi olmalıdır. Yapılan iş, kullanılan alet ve yöntemler, çalışma ortamı ve çalışanın özellikleri dikkate alınarak tehlike kaynakları ve kimlerin risk altında olduğu belirlenip, mevcut riskler sonuçlarına ve meydana gelme olasılıklarına göre derecelendirilmelidir.

Bu şekilde gerçekleştirilecek risk analizi, belirlenen öncelikler doğrultusunda söz konusu riskleri önlemek için uygulanacak tedbirlerin belirlenmesi ve uygulanması aşamaları takip etmektedir. Uygulanan tedbirlerin işe yarayıp yaramadığı, yeni risklerin olup olmadığı, işyeri ortamında ve kişilerde yapılacak çalışmalarla izlenmeli, sonuçlarına göre gerekli düzeltmeler yapılmalıdır. Risk değerlendirmesinin tüm bu aşamalarında, çalışanların görüşlerinin alınması, katılımlarının sağlanması, çalışanların tedbirleri benimsemeleri ve uygulamalarında, sistemin başarısında büyük önem taşımaktadır. Bu çalışmalarda



çalışanlar arasında güvenlik kültürünü oluşturmaya yönelik eğitimlerde; spor, sağlıklı beslenme, sigarayı bırakmayı teşvik eden sağlıklı geliştirici faaliyetlere yer verilmelidir.

Otellerde İş Sağlığı ve Güvenliği Faktörleri

Otellerde çalışanların sağlığını ve güvenliğini etkileyen faktörler, çalışma koşulları, yapılan işlere, kullanılan malzeme ve yöntemlere göre farklılık göstermektedir. Farklı birimlerde farklı riskler söz konusudur.

1- Ön büro:

Kayıt alma, rezervasyonları izleme, giriş çıkış işlemlerinin takibi, bagajların taşınması işleri bu bölümde gerçekleştirilir. Bu bölümde çalışanlar, masa görevlileri, telefon operatörleri, kapı görevlileri, bagajları taşıyan personel, güvenlik personeli, konukların ihtiyaçlarını dinleyen ve bilgi veren oda görevlileridir. Yoğun dönemlerde, tatillerde ek çalışan istihdam edilir. İşçi değişim hızı yüksektir.

Başlıca risk faktörleri ve sağlık sorunları:

- **Bilgisayarlı çalışma,** Göz rahatsızlıklarına, duruş bozuk-

luğuna ve tekrarlayan hareketlere bağlı olarak kas-iskelet sistemi hastalıklarına yolaçabilir.

- **Vardiyalı çalışma,** Uyku bozuklukları, ilaç-uyku hapi kullanımı, sindirim problemleri, gece çalışanlar için sigara tüketiminin artışına yolaçabilir.
- **Uzun süreli ayakta çalışma, ağır yük taşıma,** kas-iskelet sistemi hastalıklarına yolaçabilir.
- **Kapalı-açık ortamda çalışma,** termal konfor şartları yetersizse; üşüme, terlemeye, pasif sigara dumanı maruziyeti sonucu kanser-kalp rahatsızlıkları riskinde yükselmeye yolaçabilir.
- **Müşterilerle yüz yüze ve hızlı çalışma** nedeniyle, stres, şiddet, taciz gibi sorunlar da yaşanabilir.

İş sağlığı ve güvenliğini geliştirici öneriler:

- Bilgisayarla çalışanlara, kişiye göre ayarlanabilir ekipman sağlanması ve bu ekipmanların kullanımı konusunda eğitim verilmesi,
- Vardiyalı çalışanlara, vardiyadan kaynaklanan hastalıklar hakkında eğitim verilmesi, vardiya değişimi arasında çalışanlara uyumaları için yeterli boş zaman verilmesi, gece vardiyasında güvenlik, yemek, sağlık hizmetine ulaşabilme ve havalandırma konularına dikkat edilmesi,
- Taşıma işleri için, tekerlekleri kolay dönen ve güvenlik kilidi bulunan valiz taşıma araçlarının bulundurulması, uzun süreli ayakta çalışmak zorunda olanlar

için egzersiz ya da yapılan işin 4'te 1'lik bölümünde oturma imkanı sağlanacak şekilde işin/işyerinin düzenlenmesi,

- Kötü iç ortam, hava kalitesini iyileştirmek için yeterli havalandırma yapılması, soğuk/sıcak maruziyetinin rahatsız edici düzeylere gelmesini önleyici ısıtma/ soğutma sistemleri kullanımı.

2- Kathizmetleri

Konukların odaları ile genel kullanıma açık alanların bakımı, temizliği ve tertip-düzenin korunması ile odalarda ve restoranda kullanılan örtü, giysi, havlu vb.'nin temizliğinin sağlandığı çamaşırhane kat hizmetlerini oluşturan iki temel bölümdür. Kat hizmetlerinde, kat görevlileri, çamaşırhane personeli ile denetmenler görev yapar.

Başlıca risk faktörleri ve sağlık sorunları:

- **Tekrarlayan hareketler,** genelde uzağa ya da yükseğe uzanma gerektiren işler, çamaşır bölümünde çalışanların ani hareket etme davranışları, ıslak ya da kuru ağır çamaşırların taşınması nedeniyle tekrarlayan gerilme yaralanmaları, kas-iskelet sistemi hastalıkları yaşanabilir.
- **Kimyasal Ürünler:** Lavabo, tuvalet, zemin ve aynaların temizliği için kullanılan kimyasal ürünler nedeniyle dermatitler, solunum bozuklukları; Amonyak, deterjan ya da çözücü içeren kimyasallar nedeniyle gözde, ciltte, boğazda ve burunda tahriş; Bazı çözücü tabanlı kimyasallar nedeniyle böbreklerde hasar meydana gelebilir. Dezenfeksiyon maddelerinin içerdiği

fenol kanser riskinde artışa yol açabilir.

- **Düşme, Kayma, Takılma:** Hızlı hareket etme sonucu ıslak zeminde kayma, kablolarla takılma, merdivenden düşme yaşanabilir.
- **Kesikler, iğne batması:** Cam, çöpe atılmış iğne vb. nedeniyle enfeksiyon kapma, kesik riski vardır.
- **Isı stresi:** Çamaşırhane bölümünde çamaşır yıkama, kurutma, ütüleme işlerinin yapıldığı makinelerin neden olduğu ısı ve buhar nedeniyle baş ağrısı, bulantı, sinirlilik, bitkinlik, baygınlık, hızlı nabız atışı ve daha ileri düzeyde sorunlar,
- **Kazan:** Çamaşırhanede kullanılan kazan, doğal gazla çalışan ısıtma aletleri patlamaya yol açabilir.

İş sağlığı ve güvenliğini geliştirici öneriler:

- Tekrarlayan gerilme yaralanmalarından korunmak için, taşıma arabalarının kazaya neden olmaması için kolay manevra yapabilen ve kolay görülebilen arabalardan seçilmesi, doğru taşıma, kaldırma-indirme, dinlendirici egzersizler konularında eğitim verilmesi ve uygulama imkanı sağlanması,
- Kimyasal ürünlerle çalışmalarda, daha az tehlikeli madde kullanımı, eldiven kullanımı, depolamanın yemek yerlerinden uzakta olması, kimyasalların tehlikeleri ve sağlık etkileri konusunda eğitim verilmesi,
- Düşme, kayma, takılmaya karşı

tertip düzen sağlanması, çalışanların acele etmelerini önleyici çalışmayöntemi,

- Kesikler, iğne batması: Çöp kutularında poşet kullanımı, bu tür atıklar için özel kutular sağlanması, uygun atık boşaltma ve taşıma teknikleri hakkında eğitim verilmesi,
- Isı stresi: Klima ya da fan kullanımı, ısı kaynaklarının izolasyonu, sıcak alanların havalandırılması, daha serin alanlarda geçirilecek kısa aralar verilmesi ve terlemeyi önleyici, serin tutan giysiler giyilmesi alınabilecek önlemler arasındadır.

3- Park ve garaj:

Park etme, park yerine giriş-çıkış işlemleri ve garaj bakımı işleri gibi park ve garaj bölümünü de içeren sürücüler, park görevlileri bu bölümde çalışmaktadır. Vardiyalı, yarı zamanlı, gece çalışması hâkimdir.

Başlıca risk faktörleri:

Araba çarpması, egzoz gazı maruziyeti, otomotiv ürünlerindeki temizlik maddelerindeki ya da boyalardaki **kimyasallara** maruz kalma, **merdivenden** ya da

diğer bakım ekipmanları nedeniyle **yüksekten düşme**, kar, kırık kaldırımlar, taşlar ya da akmış sıvılar nedeniyle **kayma, takılma, düşme; saldırıya uğrama, soyulma** riski vardır.

İş sağlığı ve güvenliğini geliştirici öneriler:

Güvenlik işaretlerinin görünür olması, yeterli havalandırma sistemleri kurulması, çalışanların dışarıdan gelebilecek saldırılara karşı güvenliğini sağlanmasına dikkat edilmesi, ısınma için gazlı yerine elektrikli ısıtıcıların kullanılması, dökülen, akan sıvıların, yağın karın hemen temizlenmesi alınabilecek önlemlerdendir.

4- Teknik hizmetler:

Teknik hizmetler genellikle elektrik, su tesisatı, boya işleri, çeşitli inşaat işleri, tamir, montaj işleri teknik personel tarafından yapılmaktadır.

Başlıca risk faktörleri ve sağlık sorunları:

- **Kimyasal ürünler:** Boya işlerinde çözücüler, zemin kaplamasında yapıştırıcılar-toksik çözücüler; bahçe işlerinde, gıda bölümünde bulunabilecek



pestisid ve herbisidler cilt, göz, burun, boğazda tahriş ve böbrek, akciğer, karaciğeri ve sinir sisteminde etkiler,

- **Asbest:** Borularda, zemin kaplamalarında bulunan asbestin lif halinde ortama salınması durumunda mezotelyoma veya akciğer kanseri riskinde yükselme,
- **Düşme, kayma ve takılma:** Merdivenlerden düşme, camların-asansörlerin bakımı sırasında yüksekte düşme yaşanabilir.
- Elektrik çarpması, patlama, yangın gibi hem konukların hem çalışanların hem de çevrenin güvenliğini de olumsuz etkileyebilecek riskler söz konusudur.

İş sağlığı ve güvenliğini geliştirici öneriler:

Kimyasal ürünlerle yapılan çalışmalarda, kullanılan malzemeden daha tehlikesiz bir malzeme kullanımı, uygun depolanması, uygun havalandırma yapılmasına dikkat edilmelidir. Ortam izlemesi yapılarak asbest lifinin varlığının araştırılması, tespiti durumunda acil koruma önlemlerinin alınması, uzmanlar haricinde bölgeye girişin engellenmesi gerekir. Düşme, kayma ve takılmaları azaltmak için, güvenli çalışma kültürü konusunda eğitim sağlanmalı, işyeri tertip düzeni uygun hale getirilmelidir. Gerekli olan durumlarda CE işareti taşıyan kişisel koruyucu donanımların sağlanması ve kullanılması gerekir. Klima, kazan gibi sistemlerin bakımlarının düzenli yapılması gerekir. Yangın, patlama gibi olaylara karşı acil durum planları hazırlanmış olmalıdır.

5-Yiyecek-İçecek

Bu bölümde, yemek hazırlama, servis

yapma, servisleri toplama, bulaşık işleri gerçekleştirilmekte; aşçı, bulaşıkçı, mutfak personeli, restoran garsonları ve oda servisi personeli çalışmaktadır.

Başlıca risk faktörleri ve sağlık sorunları:

- **Kas-iskelet sistemi hastalıkları,** oda servisi yapan personelin taşıdığı tepsinin ağır olması ve gitmesi gereken mesafenin uzun olduğu durumlarda, bulaşık yıkarken aynı hareketin tekrarlanması, işin ayakta çalışmayı gerektirmesi nedeniyle ortaya çıkabilir.
- **Takılma, düşme, kayma,** mutfak personelinin yürüdüğü yolda herhangi bir engel olması, çalıştığı zeminin ıslak olması ya da sıvı dökülmesi sonucu yaşanabilir.
- **Kesikler,** bıçak vb. gibi kullanılan kesici aletler nedeniyle meydana gelebilir.
- **Yanıklar,** ocak, fırın, sıcak tabak, sıcak tencere, sıcak kaşık-kepçe, ısıtma kapları ve basınçlı kaplar vb. gibi kullanılan ekipman ya da kaynar su ya da sıcak yemek dökülmesi yol açabilir.

İş sağlığı ve güvenliğini geliştirici öneriler:

Siparişleri taşımak için araba kullanımı, çalışılan ve yemeğin taşındığı zeminin temiz, kuru ve düzenli tutulması, kesici aletlerin açıkta bırakılmaması, diğer aletlerle karışmasının önlenmesi, sıcak malzemelerle çalışırken koruyucu eldiven giyilmesi, güvenli çalışma kültürü eğitimi verilmesi gibi önlemler alınabilir. Gıda depolama ve hijyen önemli diğer konulardır.

Sonuç

Dünya'da ve ülkemizde giderek büyüyen hizmet sektörü, sanayiden farklı çalışma şekilleri, yöntemleri ve özellikleri nedeniyle, henüz gerektiği kadar algılanmamış olsa da, iş sağlığı ve güvenliği açısından yeni riskleri de beraberinde getirmektedir. Sektördeki büyüme, kas-iskelet sistemi hastalıkları, psikososyal sorunların arasında yer aldığı bu riskler, gün geçtikçe daha çok kişinin etkilendiğini ve önümüzdeki yıllarda öncelikli sorunlarımız arasında yer alacağını göstermektedir. Hizmet sektörü içinde yer alan konaklama hizmeti sunan oteller bunun önemli bir örneğidir. Tesis ve çalışan sayısındaki artışın kaçınılmaz olduğu otel işletmeleri, konuklarına en iyi olanakları sunarken, çalışanlarına da aynı özeni göstermelidirler. Günümüzde ve gelecekte sağlıklı ve güvenli bir toplum için, otellerde iş sağlığı ve güvenliğinin yükseltilmesi, gerçekleştirilebilir ve gerçekleştirilmesi gereken bir hedeftir.

Deviri



TEHLİKELERE KARŞI DİKKATLİ OLMAK

GENÇLERE ÖNERİLER

Sakine OVACILI

İSG Uzmanı, İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

Sizinde Başınıza Gelebilir

Eğer işyerinizde bir kaza geçirir ya da sağlığınıza zarar vererseniz, bunun sonuçlarına yaşam boyu katlanmanız gerekebilir. Çalışmaya başladığınız ilk gün bile başınıza trajik bir olay gelebilir. Aslında bu tür üzücü olayların bir çoğu önlenabilir niteliktedir.

İşe yeni başlayan bir genç olarak, sizden daha ileri yaşta olan meslektaşlarınıza

göre daha fazla risk altında bulunmaktasınız. Yaptığınız işte ve bulunduğunuz işyerinde yeni olduğunuz için, sağlığınıza ve güvenliğinizi tehdit edebilecek mevcut riskler konusunda yeterli deneyiminiz yoktur. Bir çalışan olarak, sağlıklı ve güvenli bir ortamda çalışma, gerekli eğitimleri alma, gözetimden faydalanma ve size güvenli görünmeyen durumlarla ilgili soru sorma ve bunları bildirme hakkınız vardır. Eğer 18 yaşın

altındaysanız; kanunlar, deneyimsizliğinizden ve yeterli olgunluğa sahip olmayışınızdan ötürü bazı işleri yapmanızı yasaklamaktadır. Bu bülten, işyerindeki tehlikeler üzerine hazırlanmıştır.

Diğer bültenlerimizde haklarınız ve sorumluluklarınızla ilgili daha ayrıntılı bilgi bulabilirsiniz.

Avrupa istatistiklerine göre, 18 – 24 yaş

arasındaki genç çalışanlarda görülen iş kaynaklı yaralanma oranı, diğer yaş gruplarındaki çalışanların oranından %50 daha fazladır.

- > 18 yaşındaki bir tamirci çırağı, alevlerin arasında kaldıktan dört gün sonra yaşamını yitirdi. Genç çırağın, müdürünün boş bir tanka petrol ve dizel karışımı boşaltmasına yardım ediyordu...

Sizi etkileyecek olan riskler sadece kazalardan ibaret değildir, sağlığınız da zarar görebilir.

- > Bir kuaför çırağında, işinde kullanmak zorunda olduğu ürünlere karşı reaksiyon gelişti. Elleri kesikler ve su kabarcıklarıyla doldu; öyle ki artık çatal bıçak bile kullanamıyordu ve sonunda işi bırakmak zorunda kaldı...

Bu tür kaza ve sağlık bozukluklarının sebepleri arasında; güvenli olmayan ekipman, stresli çalışma koşulları, çok hızlı çalışma, eğitim ve gözetim yetersizliği ile prosedür ve kontrollerin yetersizliği bulunmaktadır. 18 yaşın altındakiler, eğer kanunlar tarafından sınırlandırılmış işlerde çalışıyorsanız, kaza geçirme ihtimaliniz daha da yüksektir.

Güvenli Çalışmaya Karşı İpuçları

- > Yeterli eğitimi alana kadar hiç bir görevi yerine getirmeyin,
- > Eğer, çok fazla bilginin çok hızlı bir şekilde verildiğini hissediyorsanız, gözetmeninizden yavaşlamasını ve talimatları tekrarlamasını isteyin,
- > Sizden istenmediği sürece çalışma alanınızdan ayrılmayın.

İşyerinizdeki diğer alanlarda, başınızın üzerinde sallanan elektrik hatları, kaygan zeminler ya da zehirli maddeler gibi sizin bilmediğiniz tehlikeler olabilir.

Herhangi bir konudan emin olmadığınızda, öncelikle birisine sorun.

Bir gözetmen ya da çalışma arkadaşlarınızdan biri, herhangi bir kazanın oluşmasını engelleme konusunda size yardımcı olabilir.

- > Daha fazla eğitim istemekten çekinmeyin.
- > Güvenlik ayakkabıları, sert malzemeden yapılmış şapkalar ya da eldivenler gibi yaptığınız göreve uygun kişisel koruyucu donanımları kullanın. Koruyucu giysileri ne zaman giymeniz gerektiğini, nerede bulacağınızı, nasıl kullanacağınızı ve bu malzemenin bakımının nasıl yapılacağını bildiğinizden emin olun.
- > Yangın alarmı, elektrik kesintisi ve benzeri acil durumlarda ne yapmanız gerektiğini öğrenin.
- > Herhangi bir kazayı zaman geçirmeden gözetmeninize ve eğer varsa iş güvenliği temsilcisine bildirin.
- > Baş ağrısı; genel ağrı ve acı; baş dönmesi; deride kaşıntı; gözlerde, burunda ya da boğazda hassasiyet gibi daha büyük sorunlara işaret edebilen ön belirtileri görmezden gelmeyin.

Eğer; işyerinizde bir doktor, hemşire ya da işyeri sağlık ekibinin herhangi bir personeli varsa, mutlaka onlara danışın. Eğer aile hekiminize gidiyorsanız,

mutlaka yaptığınız işle ilgili bilgi verin.

- > Size verilen öneri ve talimatları takip edin. Bunlar arasında; molalarınızı düzenli almak, sandalyenizi ayarlamak ve güvenlik giysilerini giymek gibi konular da bulunmaktadır.

Patronunuza Sorabilecekleriniz

- > İşimle ilgili tehlikeler ve riskler neler?
- > Güvenlik eğitimi verilecek mi? Eğer verilecekse, ne zaman?
- > Kendimi korumak için ne yapmalıyım, giymem gereken koruyucu giysiler var mı?
- > Acil bir durumda ne yapmalıyım? Bu konuda eğitim verilecek mi?
- > Güvenlikle ilgili sorularımı kime yöneltmeliyim? Eğer bir şeylerin doğru olmadığını farkedersen, bir kazayı ya da sağlık sorunlarını nasıl rapor etmeliyim?
- > Yaralanırsam ne yapmalıyım? İlk yardım sorumlusu kim?

Nelere Dikkat Etmeliyim?

- > **Kayma ve takılma** – Kazaların en yaygın sebeplerinden bazıları; çok kalabalık çalışma alanları, dağınık işyerleri, zemine dökülmüş malzemeler, çekilmiş kablolar ya da hasarlı zeminlerdir.
- > **Makine ve donanımlar** – Bir çok kazaya, bakımı iyi yapılmamış makineler; güvenlik kalkanlarının olmayışı; eğitim verilmemesi; yanıklara, yangınlara ya da ölümlere sebebiyet verebilecek

elektrik hataları; makineyi durdurmadan ve elektrik bağlantısını kesmeden onarmaya çalışmak sebep olur. Tehlikeli makineler sadece fabrikalarda değil, restoran mutfaklarında da bulunur.

- > **Yük kaldırmak** – Yüklerin ağır veya dengesiz olması; uygun olmayan bir yolla yüklerin kaldırılmaya çalışılması veya el arabası gibi yardımcı bir aletin temin edilmemesi gibi sebepler kazaya yol açabilir.
- > **Yeterli dinlenme arası verilmeden, uygun olmayan pozisyonlarda yapılan tekrarlayıcı, hızlı işler** – Bu tür işler ağrı ve acıya sebep olabilir, kas ve eklemlere zarar verebilir (kas-iskelet sistemi bozuklukları). Bu tür işlere örnek olarak, fabrika montaj hattı işleri ya da süpermarketlerdeki kasa işlemleri verilebilir.
- > **Gürültü** – Çok yüksek gürültü seviyeleri işitme bozukluğuna yol açabilir ve bu bozukluk zaman içinde yavaş yavaş gerçekleştiği için büyük olasılıkla fark edilemez. Oluşan hasar, hiçbir zaman onarılamayan işitme bozukluklarına neden olabilir. Diğer fiziksel tehlikeler ise; titreşim ve radyasyondur.
- > **Kimyasallar** – Bu maddeler arasında, yaygın kullanılan temizlik maddeleri, boyalar, kuaförlükte kullanılan malzemeler ve tozlar bulunur. İşyerinizde bulunan maddeler, alerjik cilt döküntülerine, kalıcı astım'a, kansere ya da doğum bozukluklarına yol açabilir. Bu tür mad-

deler karaciğerinizi, sinir sisteminizi ve kanınızı etkiler.

- > **Stres** – İşinizin nasıl organize edildiğinden, altından kalkılması mümkün olmayan iş yükünden, sorumluluklarınızdaki belirsizliklerden veya aşırı baskıdan kaynaklanabilir. Stres aynı zamanda, patronunuzun ya da çalışma arkadaşlarınızın kötü davranışları sonucunda da oluşabilir.
- > **Şiddet** – Eğer işinizde sürekli olarak insanlarla temas halindey-

seniz, sözlü taciz ve fiziksel saldırıyı da içeren şiddet durumları ile karşılaşabilirsiniz. Bu olay, kesinlikle "işinizin bir parçası" değildir.

- > **Çalışma ortamı** – çalışma ortamının sıcak ya da soğuk olmasından kaynaklanan rahatsızlıklar, işyeri ortam ısısının çok yüksek olduğu durumlardan kaynaklanan daha ciddi problemler, ışığın yetersiz olması, vb.

Haklarınızı Bilin ve Sorumluluklarınızla Hareket Edin

İşyerindeki haklarınız;

1. Bilme hakkı,
2. Katılım hakkı,
3. Güvenli olmayan işi reddetme hakkı.

Tabii ki iş oyun değildir ve bazı sorumluluklarınız vardır. Bunlar;

- > Sağlık ve güvenlikle ilgili konularda işvereninizle işbirliği yapmak,
- > Kendinizi ve çalışma arkadaşlarınızı korumak için güvenlik prosedürlerini takip etmek,
- > Koruyucu araçları giymek ve kullanmak.

İş türü	Tehlike örnekleri
Temizlik	> Temizlik malzemelerindeki zehirli kimyasallar > Çöpteki kesici maddeler > Kayma ve düşme tehlikesi
Catering Restoranlar Fast food (hazır gıda)	> Kaygan zeminler > Sıcak yemek pişirme malzemeleri > Keskin nesneler
Dükkanlar / Satış	> Müşterilerden gelebilecek fiziksel şiddet ve sözlü taciz > Ağır kaldırma > Uzun süre ayakta kalma
Ofis / Masa başı işler	> Bilgisayar ve çalışma ortamının kötü düzenlenmiş olması > Kötü oturma pozisyonları > Stres > Taciz
Bakıcılık	> Kan ve diğer vücut sıvılarının bulaşması > Yük kaldırmak ve uygun olmayan vücut duruşları > Fiziksel şiddet ve sözlü taciz > Kayma ve düşme tehlikesi
Kuaförlük	> Uygun olmayan vücut duruşları > Uzun süre ayakta kalma > Saç ürünlerindeki alerjiye sebep olan kimyasallar
Fabrika işi	> Tehlikeli makineler > Yüksek çalışma hızı > Kayma ve düşme tehlikesi > Taşımayla ilgili tehlikeler, örneğin forkliftle taşıma

Kaynak

<http://osha.eu.int>

SAĞLIK VE GÜVENLİK HERKESİ İLGİLENDİRİR HEM SİZİN İÇİN HEM DE ÇALIŞTIĞINIZ İŞ İÇİN BÜYÜK ARTILARI VARDIR

Seçil CEYLAN

İSG Uzmanı, İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

HERKES İÇİN DAHA İYİ BİR İŞYERİ

Küçük bir işletmeyi başarıya ulaştırmak güç bir iştir. Böyle bir işi kendiniz işletiyor da olsanız, böyle bir iş için çalışıyor da olsanız, ya da her ikisini de aynı anda yapıyor da olsanız, endişelenmek isteyeceğiniz son şeyin sağlık ve güvenlik olduğunu düşünebilirsiniz. Sağlık ve güvenlikle ilgili konuların sadece büyük kuruluşların göz önünde bulundurması gereken konular olduğuna inanıyor olabilirsiniz.

Yanılıyorsunuz, Sağlık ve güvenlik herkesi ilgilendirir. Hem sizin için hem de çalıştığınız iş için büyük artıları vardır.

Avrupa Birliği'ndeki birçok küçük işletme, sağlık ve güvenlik konularını işyerinin kalbi olarak ele almanın işverenlerin ve çalışanların hem kendileri hem de müşteriler için daha iyi sonuçlar elde etmelerine yardımcı olduğunu fark etmiştir.

Sağlıklı bir işyerine sahip olmak, başarılı bir şirketin kalite yönetimi gündeminin esaslarından biridir.

Sağlıklı İşyeri Girişimi'ni gerçeğe dönüştürmek: Nasıl yapacağınızı göstereceğiz!

[INTRODUCTION]: DAHA İYİ BİR İŞ İÇİN HEP BİRLİKTE

Sağlık ve güvenliği işyeri yönetiminizin kalbine yerleştirmek, sakatlıklardan ve sağlık sorunlarından kaynaklanacak giderleri önlemekle kalmayacak aynı zamanda yaptığınız işin verimliliğini de artıracaktır. İyi motive olmuş ve iyi eğitim almış istekli çalışanların, bakımı iyi yapılan etkin donanım ve malzemelere sahip olduğunda daha yüksek kalite, daha yüksek verimlilik ve daha iyi ekonomik performans ulaşması mümkün olacaktır.

Sadece şu sonuçları bir değerlendirin:

- Artan verimlilik
- Daha az devamsızlık
- Daha düşük kadro cirosu
- Artan kalite

“Güvenliği sağlamanın maliyetli olduğunu söyleyenlere verilecek bir cevabım var; güvenliğin olmaması çok daha pahalıya patlar.”

Paul Lampit,
Sigorta Hizmetleri Müdürü
Taylor Woodrow Plc

İyi eğitilmiş, etkin çalışanlarla yapılan işler genellikle kaliteli işler olarak değerlendirilir ve başarılı olur. Eğitilmiş bir çalışan olarak, size değer verildiğini hissedersiniz ve işvereninize size saygı gösterdiğinde sizin saygınızı da kazanır.

Daha sıkı çalışırsınız, iş daha iyi ilerler ve çalışmalar güvenliğin içinde tamamlanır.

Sonuçta kendinizi hem mesleki hem fiziksel açıdan çok daha güvende hissedersiniz.

Sadece şu sonuçları bir değerlendirin:

- Yüksek moral
- Daha az duygusal stres
- Daha iyi ücret ve koşullar
- Daha iyi bir gelecek

“İnşaat alanına girdiğimde patronum hemen koruyucu kaskımı takmamı hatırlatıyor ve aslında bu şekilde bana önem verdiğini de hatırlatmış oluyor.”

Nigel Copthorne,
İnşaat çalışanı

İnsana adanmış bir anlayış: İşyerindeki durum kalite, fiyat, süre açısından daha iyi hizmet memnun müşteriler, daha yüksek

karlılık daha mutlu, daha sağlıklı, daha üretken çalışanlar,

Çalışanlar için daha iyi ücret ve koşullar.

ref: Mükemmeli inşa etmek

<http://www.constructingexcellence.org.uk>

SAĞLIK VE GÜVENLİK ALANINDAKİ HAKLARINIZ

Avrupa Birliği'ndeki tüm ülkelerde işyerindeki güvenlik ve emniyet kalitesini yükseltmek için çalışanın sağlığını ve güvenliğini korumaya yönelik düzenlemeleri belirleyen bir mevzuat vardır. Bu kanunlar, işverenler ve çalışanlar için asgari yükümlülükleri belirleyen ve risk bulunan her türlü etkinlik ve sektörü ve her tür riskin önlenmesini içine alan Avrupa Direktifleri'ni (AB kanunları) temel almaktadır. Yürürlükteki bu mevzuat, çalışanları meslek hastalıklarından ve iş kazalarından korumayı ve mesleki tehlikeleri önlemeyi amaçlamaktadır.

Sonuç olarak, AB'deki her işveren, işyerinde çalışanların sağlığından ve güvenliğinden sorumludur ve bunun yanında yeterli kaynağı elinde bulundurmak, risk değerlendirmesi yapmak, çalışanlarını bilgilendirmek ve eğitmek ve çalışanlarına danışmak gibi tedbirleri almakla yükümlüdür.

Ayrıca yine kanunlara göre, AB'deki tüm çalışanlar (ister kadrolu çalışan, ister aracı olarak çalışan ve taşeronluk yapanlar olsun); sağlık ve güvenliklerini tehdit eden risklerin kontrol edildiği ortamlarda çalışma, bir sendikaya üye olarak sendika tarafından temsil edilme ve işverenleriyle işbirliği yaparak sağlık ve güvenliklerini koruma hakkına sahiptir.

[VAKA İNCELEME 1]

Fırının karıştırma bölümünde çalışanların her saatte bir 25 kg'lık çuvalı açıp yukarı kaldırarak bir oluktan içeri boşaltmaları gerekiyordu. Palet üzerindeki çuval seviyesi azaldıkça daha fazla eğilmek ve çuvaları daha yükseğe kaldırmak zorunda

kalıyorlardı ve buda sırt sakatlıklarıyla sonuçlanıyordu.

Vakumlu torba kaldırıcının kullanılmaya başlanmasıyla birlikte bu iş için gerek duyulan fiziksel ihtiyaç ortadan kalktı ve sonuç olarak verimliliğin artmasının yanında çalışanların moral düzeyi yükseldi ve fiziksel gerginlik ve incinmelerin sayısında azalma görüldü.

NE OLURSA OLSUN, İŞYERİNDE MEYDANA GELEN KAZA VE SAKATLIKLARI ÖNLEMELİK

Bir işverenin yönetim yaklaşımını oluştururken iş sağlığı ve güvenliğini bu yönetim yaklaşımının bir parçası haline getirmesi gerekliliğinin sebebi aslında ortadadır.

Ortada bunun sebeplerini açıklayan bir mevzuat olmasa bile, yaklaşımın bu şekilde oluşturulması mantıklıdır, çünkü üretkenlik, kalite ve işyerinde güvenlik birbiriyle temelde ilişkili konulardır.

Büyük, orta ölçekli, ya da mikro düzeyde her işletmenin en nihai hedefi, sakatlık ve hastalıkların önlenmesi olmalıdır.

İş veren olarak kimsenin incinmesini istemediğini belirtmeye zaten gerek yok, ancak bunun da ötesinde, bir sağlık ve güvenlik stratejisi benimsemeniz için son derece iyi bir sebebiniz daha var: Kazalar ve hastalıklar pahalıya mal olur!

Sadece şu gerçekleri bir düşünün:

Siz ve çalışanlarınız üretken zamanınızın büyük bir bölümünü kaybedersiniz; yani söz konusu olan sadece sakatlanan ya da hastalanan kişi değildir.

- İşleyen bir süreç yavaşladığında yine üretim zamanından yitirirsiniz ve üretimi yeniden işler hale getirmek de zaman alır.
- Eğer ekipmanlara ya da binaya bir zarar gelmişse, bunların tamiri maliyetli olabilir.
- Sakatlanan kişinin yerine yeni birini işe almanız gerekebilir ve bu yeni çalışanın eğitimi zaman alır.

- Sakatlanan çalışanın maaşını ödemeye devam edersiniz, ayrıca buna birde tazminat tutarı eklenir.
- Kaza ve hastalıklar diğer çalışanlarınızın moralini bozarak üretkenliklerinin azalmasına sebep olabilir.
- Ayrıca meydana gelen kazayla ilgili evrak işleriyle uğraşmak için de zaman harcamanız gerekir.

[VAKA İNCELEME 2]

Bir fırındaki üretim hattına teneke kapakların yerleştirilmesi ve yeniden üretim hattından alınması işlemi bazı sorunlar yaratmaktaydı; çünkü çalışanların kapakları alarak bu işlemi gerçekleştirebilmeleri için eğilmeleri ve dönmeleri gerekiyordu. Kapakları üretim hattına koymak ve üretim hattından almak için iki makinenin sisteme yerleştirilmesi 45,000 € Avro'ya mal oldu.

Sonuç olarak gürültüden kaynaklanan sıkıntılar ve kas rahatsızlıkları büyük ölçüde azaltılmış oldu ve böylece üretim hattındaki dar boğazlar ortadan kaldırıldı. Yıllık işletim giderlerinde tahmini olarak 80,000 Avro'luk bir tasarruf sağlandı.

İŞE KOYULMAK

Şirketinizin, işyerindeki sağlık ve güvenlik sorunlarına karşı doğru müdahaleleri yapabilmesini sağlamak için doğru kaynaklara ve yeterliliklere sahip olmalısınız. İlk olarak, bir işveren olarak yasal yükümlülüklerinizin neler olduğunu belirleyin. Eğer şirketinizde birden fazla insan istihdam ediliyorsa çalışanlar arasında bir sorumlu tayin etmeyi ya da dışarıdan hizmet veya danışmanlık desteği almayı düşünebilirsiniz.

İhtiyacınız olan destek, hizmet vermekte olduğunuz sektöre, risklerin doğasına, işletmenizin büyüklüğüne ve ulusal yönetmeliklerinizde belirtilen koşullara bağlıdır. Uygulamaya bakacak olursak, bunlar, risk değerlendirme sürecinin olmazsa olmazlarıdır: Hatalı ya da yetersiz güvenlik prosedürleri ve ekipmanları, kötü havalandırma koşulları, bildirilmeyen işyeri

kusurları, belki sizin bile farkında olmadığınız tehlikeli uygulamalar. Yapılan işle en yakın ilişki içinde olanlar çalışanlarınızdır: Neyin ters gidebileceğini onlar bilirler bu nedenle de risklerle ilgili ne yapılması gerektiği konusunda en iyi fikir verecek olanlar da onlardır.

- Ancak, tabii ki sağlık ve güvenlikle ilişkili olabilecek diğer lojistik süreçleri de göz ardı etmemelisiniz.
- Müteahhit seçimi Ekipman, ürün, vb. satın alma politikanız,
- Güvenlik eğitiminin genel eğitim politikanıza dahil edilmesi,
- Gözetmen ve ustalarınızın risk önleme yaklaşımını tüm aktivitelere entegre etmesi.

Önleme hiyerarşisini benimsemiş olan risk değerlendirmesi prensiplerini takip edin

- Risklerden kaçının.
- Kaçınamadığınız riskleri değerlendirin.
- Riskle kaynağında mücadele edin, örneğin eğer bir makine fazla gürültülü çalışıyorsa odayı ses geçirmeyecek şekilde izole etmeden önce makineye müdahale edin.
- Yapılan işi bireylere göre ayarlayın, örneğin çalışma yüzeyindeki yüksekliklerin ayarlanabilir olmasını sağlayın, çalışma metodlarıyla ilgili seçenekler sunun, monoton ya da hızlı tempolu çalışmaları önleyin.
- Teknik gelişmelere ve diğer değişikliklere uyum sağlayın, örneğin yeni motorlu döner testereler eskisine göre daha iyi korumalıdır.
- Tehlikeli malzemeleri tehlikeli olmayan ya da en azından daha az tehlikeli olan malzemelerle değiştirin, örneğin boyama için zararlı solventler içermeyen malzemeler kullanın.
- Üretim, iş organizasyonu, çalışma koşulları, çalışanlarla yönetim arasındaki diyalog ve çalışma ortamıyla ilgili faktörlerin etkilerini de içine alan bir önleme politikası geliştirin.

- Sadece çalışanları bireysel olarak koruyan değil tüm çalışanları koruyan tedbirlere öncelik tanıyın: Örneğin çalışanlara kulak koruyucu donanımlar dağıtmak yerine gürültüye neden olan donanımı kaldırın, düşmeyi engelleyecek emniyet kayışı kullanmak yerine etkili bir koruyucu tirabzan temin edin.
- Çalışanlarınıza doğru talimat verin.
- Bu tedbirlerin gerçekten uygulanıp uygulanmadığını ve etkili olup olmadıklarını kontrol edin.
- Değerlendirmenizi düzenli aralıklarla gözden geçirin.
- Ve sürekli olarak koruma düzeyini iyileştirmenin yollarını arayın.

Risk değerlendirilmesinin nasıl yürütülmesi gerektiği ile ilgili pratik bilgilere Sağlıklı İşyeri Girişimi'nin web sitesinden ulaşabilirsiniz:

<http://hwi.osha.europa.eu>

ÇALIŞANLARINIZA ÖNCELİK VERMEK

Bir işletmenin en önemli varlığı sahip olduğu işgücüdür, tabii bu işgücü işini düzgün, dikkatli, etkin ve verimli bir şekilde yapıyorsa. Çalışanlarınızı, ev müteahhitlerinizi yapacakları iş konusunda bilgilendirmenin gereği açıktır, ancak bunun yanında onlara karşılaşılabilecekleri risk ve tehlikeleri anlatmak ve onları bu tehlike ve risklerden korumak can sıkıcı bir görev gibi görünebilir. Yine de, çalışanların yaptıkları iş konusunda uygun eğitimi almaları ve risklerden korunmalarını sağlamak işverenin önemli bir görevidir.

Bir işveren, çalışanlarını, sağlık ve güvenliklerini tehdit edebilecek riskler, bu risklere karşı alınması gereken önleyici tedbirler, gerek duyulan ilk yardım tedbirleri ve bunların yanında, ciddi ve bir anda ortaya çıkan tehlikelerin söz konusu olduğu durumlarda izlenmesi gereken bina boşaltma prosedürleri konusunda bilgilendirmelidir. Verilen eğitim, işin güvenli bir biçimde yapılmasına ve yasalara uymaya yardımcı olmaktan çok daha fazlasını sağlar başarılı

bir iş performansına katkıda bulunur. İşyerinde etkin bir iletişim ağı oluşturmak ve işgücünün gerekli eğitimleri almasını sağlamak, başarılı işletmelerin kalite yönetim sistemlerinin anahtar bileşenleridir. Eğitimli çalışanlar çok daha verimli bir biçimde çalışabilir ve işverenlerinin kendilerine değer verdiğini ve saygı duyduğunu bilirler. İlk işe alınma döneminde, yapılan işte ya da çalışma biçiminde bir değişiklik olması durumunda ve işyerinde yeni teknolojilerin kullanılmaya başlandığı durumlarda eğitim verilmelidir. Verilen eğitimler ve bilgiler risk değerlendirmesinin sonuçlarına dayanmalıdır.

Eğitim aşağıdaki hususları dikkate almalıdır:

- Bazı görevler veya ciddi tehlike içeren bazı alanlara giriş izni, sadece söz konusu görev ya da durumla ilgili deneyimi/eğitimi olan ve doğru talimatlarla donatılmış çalışanlara verilmelidir. Elektrik işleri ve bakım aktiviteleri bu tür durumların tipik örnekleri olarak düşünülebilir.
- Verilen bilgi, talimat ve eğitimler konuya/düzeye uygun ve anlaşılır olmalıdır.

Örneğin, işgücünüzün arasında engelli çalışanların bulunması halinde, iletmek istediğiniz bilginin engelli çalışanlarınızın ihtiyaçları doğrultusunda farklı formatlarda/biçimlerde sunulmasının gerekebileceğini göz önünde bulundurmalısınız.

İş verenin göz ardı etmemesi gereken diğer bir konu da bazı kategorilerdeki çalışanların diğer çalışanlara göre daha büyük kaza riski altında olduğu ve alınacak tedbirlerin planlaması yapılırken bunun da dikkate alınması gerektiğidir. Aynı dili konuşmayan ve güvenlik talimatlarını okuyamayan yabancı uyruklu çalışanlar ya da verilen iş konusunda beceri sahibi olmayan geçici çalışanlar bu kategorilere örnek olarak verilebilir. Bunun yanında genç çalışanlar ya da işe yeni başlayanlar da, yeterli deneyime sahip olmamaları nedeniyle, belirgin olmayan hatta hiç beklenmeyen bir tehlike

teşkil ederler ve sonuç olarak gözetime ihtiyaç duyarlar: Aslında bu kategorilerde bulunanların yaralanma kayıtlarının oranı daha yaşlı ya da daha deneyimli çalışanlarınkine göre oldukça yüksektir. Diğer taraftan, belirli bir yaşın üzerindeki çalışanlar da gerekli olan fiziksel performansı sağlayamayabilir. Sağlık ve güvenlik tedbirleri, yapılan işi çalışanların güvenli bir biçimde çalışmalarını sağlayacak biçimde uyarlayarak çalışanları korumayı hedeflemelidir, –onları saf dışı bırakmayı değil– çünkü herhangi bir çalışanın yapılan işin dışında bırakılması ayrımcılık olarak değerlendirilebilir.

Çalışanlarıyla ilgilenen işveren akıllı bir işverendir. Çalışanlarının görevlerini yerine getirirken karşı karşıya kaldıkları risklerle ilgili olarak etkili bir sağlık gözetimi yürütülmesini sağlayın. Sağlık gözetimi, çalışanlarının belirli aralıklarla sizi sağlık durumları konusunda bilgilendirmesinden ibaret de olabilir, ya da düzenli aralıklarla nitelikli bir sağlık uzmanı tarafından sağlık değerlendirmesine ya da hatta uygun yeterlilikteki bir doktor tarafından sağlık muayenesine tabi tutulmalarını da içerebilir.

Çalışanların ve temsilcilerinin, sağlık ve güvenlik çalışmalarına aktif olarak katılma hakkı vardır. Risklerin önlenmesine yönelik iyi uygulama örnekleriyle yapılan çalışmalar, işgücünün görüşüne başvurulması ve işgücünün kendi bilgi birikimi ve deneyimlerini kullanarak aktif katılımının en önemli başarı faktörlerinden biri olduğunu göstermektedir. Bu nedenle çalışanların bu sürece dahil edilmesi yasal bir yükümlülük olmanın yanında mantıklı bir yaklaşımdır.

Sağlık ve güvenlikle ilgili olarak, işveren:

- Çalışanların ve/veya temsilcilerinin katılımını sağlamak için onların görüşlerini almalıdır.
- Çalışanlara ve/veya temsilcilerine risk değerlendirmesinin sonuçları hakkında bilgi vermelidir.

- Çalışanları ve/veya temsilcilerini önleyici tedbirlerin oluşturulması sürecine dahil etmelidir.

- Çalışanların ve/veya temsilcilerinin işverenden uygun tedbirlerin alınmasını talep etme ve bu konuda önerilerde bulunma hakkına saygı duymalıdır.

Risk değerlendirmesi için gerekli olan bilgilere ve kaza raporlarına erişmelerine izin vermeli, çalışanlarına ücret kesintisi olmaksızın izin vermeli ve işlerini yapabilmeleri için gerekli olan araçları temin etmelidir.

İş verenin çalışanlarının görüşüne başvurmak zorunda olduğu konular arasında; önleyici tedbirler, acil durum prosedürleri ve sağlık ve güvenlik eğitimi de bulunmaktadır.

Tüm ayrıntılar ulusal mevzuatta belirtilmiştir ve buna göre şirketteki çalışan sayısına bağlı olarak bir güvenlik komitesinin kurulması da gerekebilir.

[VAKA İNCELEME 3]

Elektrikli sargı tabancaları kullanarak, sabit yükseklikteki bir masanın üzerinde telefon santralleri monte eden operatörlerin yedi yıllık bir süre içerisinde çok fazla hastalık izni kullandığı ve bu işletmedeki işgücü cirosunun da yine çok yüksek olduğu kaydedilmişti.

Çalışma düzeninin yeniden tasarlanması ve çalışma bölmelerinin daha elverişli vücut pozisyonlarına olanak tanınması sonucunda yıllık çalışan cirosu %75 ve hastalık izni sayısı da %92 oranında azaltıldı.

Yapılan bu değişiklik sonucunda şirketin tasarruflarının maliyetlerini ona bir oranında geçtiği tahmin edilmektedir.

BİLİNÇ DÜZEYİNİZİ ÖLÇÜN

Çalışanlar için kontrol listesi

- İş vereniniz son zamanlarda/ şimdiye kadar hiç risk değerlendirmesi yaptı mı?

- Maruz kaldığınız tehlikeleri ve bunlardan ne şekilde etkilenebileceğinizi doğru bir şekilde anlamınıza yardım edecek düzeyde yeterli bilgi ve eğitim aldınız mı?
- Kendi güvenliğinizi ve başkalarının güvenliğini korumak için ne yapmanız gerektiğini bilmek sizce yeterli mi?
- Yolunda gitmeyen birşeyler olduğunda fark edebiliyor musunuz ve sorunları kime bildirdiniz gerektiğini biliyor musunuz?
- En güncel ilk yardım ve acil durum prosedürleri konusunda bilginiz var mı?
- İş vereniniz, size hakkınız olan sağlık kontrolü hizmetlerinden faydalanma olanağı sunuyor mu?

İş verenler için kontrol listesi

- Her işyerinde yazılı bilgi ve kolayca anlaşılabilen talimatlar bulunuyor mu?
- İş yerinizde kullanılan donanımların imalatçıları tarafından sağlanan el kitaplarında bulunan güvenlik bilgisi çalışanlarınızın günlük rutinlerinde kullanabilmeleri için açık, kolay okunabilir hale getirilerek çalışanlarınıza sunuldu mu?
- Risk değerlendirilmesi yapıldı mı ve elde edilen bulgular çalışanlarla paylaşıldı mı?
- Çalışanların potansiyel sağlık ve güvenlik sorunlarıyla ilgili görüşleri düzenli olarak alınıyor mu?
- İş yerinde mevcut olan tehlikeler ve kendilerini ve meslektaşlarını korumak için almaları gereken tedbirlerle ilgili tüm bilgi, talimatlar çalışanlarınıza iletiliyor ve bu konularda eğitimler veriliyor mu?

Tüm çalışanlarınız aşağıdaki konuları biliyor mu:

- Sunulan tüm kontrol tedbirleri tam ve uygun biçimde nasıl kullanılmalıdır?

- Kontrol tedbirleriyle ilgili bir sorunla ya da hatayla karşılaşmaları halinde bunu kime bildirmeleri gerekir?
- Bir kaza ya da acil durum olması halinde ne yapmaları gerekir?

[VAKA İNCELEME 4]

Bir sekreter, VDU'su, sandalyesi ve çalışma masasının yanlış yerleştirilmesinden dolayı ensesinde ve sağ el bileğinde meydana gelen ağrılar nedeniyle üç ay rapor aldı. Sekreterin çalışırken gözlemlenmesinin ardından çalışma masası ve oturduğu yerin pozisyonu yeniden ayarlandı (bu işlemin maliyeti 600 Avro oldu). Bu yeni oturma pozisyonu sekreterin bacaklarını uzatmasına ve eğilebilmesine de imkan tanıyordu. Çalışanın ensesindeki ve kolundaki şikayetler ortadan kayboldu ve daha fazla izin almasına gerek kalmadı. Bu olayda da geçici eleman çalıştırma maliyeti ve bununla birlikte gelen verim kaybı konusunda tasarruf sağlandı.

UYGULAMAYA YÖNELİK ÖNERİLER

1) Kazaların ve vakaların kaydını tutun

- Yolunda gitmeyen birşey olduğunda, "ramak kaldı" durumlarını çalışanlarınızla paylaşın.
- Yetkili makamlar için ve ulusal yasalar ve/veya uygulamalar uyarınca, çalışanlarınızın maruz kaldığı iş kazaları ile ilgili rapor hazırlayın.
- Bir kaza soruşturması yürütmesi için dışarıdan bir danışmanla çalışmayı düşünebilirsiniz. Kazanın ya da "ramak kaldı" durumlarının neden meydana geldiğini ve bunun tekrarlanmaması için neler yapılması gerektiğini anlamaya çalışmalısınız.

2) Potansiyel 'sorunlu noktaları' bulmaya çalışın.

- Kaza sıklığı ve şiddeti: Kazaların sıklıkla meydana geldiği işler ya da kazaların çok sık meydana gelmediği ancak kaza olması durumunda sakat bırakacak sonuçların ortaya çıktığı işler.

- Ciddi sakatlık ya da hastalık potansiyeli: meydana gelen bir kaza, tehlikeli bir durum ya da tehlikeli bir maddeye maruziyetin ciddi sonuçlar doğurduğu durumlar.
- Modifiye edilmiş işler: İş prosedürlerinde yapılan değişikliklerle ilgili yeni tehlikeler ortaya çıkabilir.
- Sık olmayan aralıklarla gerçekleştirilen işler: Çalışanlar, rutin olmayan işleri yaparken daha büyük tehlike altındadır.

3) Sağlık ve güvenlik konularını standard uygulamalarınızın bir parçası haline getirin.

- İş yerindeki sağlık ve güvenlik durumunu düzenli olarak izleyin: Kullanabileceğiniz yöntemler; işyeri tartışmaları, anketler, teftişler, kaza kayıtlarının analizi, çalışan anketleri.
- Zehirli madde ve karmaşık makine ve donanımların kullanımı ile yine benzer şekilde sorun teşkil edebilecek olan herhangi bir inşaat ya da yeniden düzenleme işi söz konusu ise bunları izleyin.
- Tüm ilgili verileri analiz edin: Materyal Güvenlik Veri Belgeleri, kaza ve hastalık kayıtları, maruziyet izleme kayıtları ve sakatlık, hastalık, sıkıntı ve şikayetlerle ilgili tüm kayıtlar.
- Tüm çalışma alanlarını düzenli olarak denetleyin, sadece büyük risk altında olanları değil!

4) Çalışanları da sürece dahil edin

Sağlık ve güvenliği sağlama sorumluluğu öncelikle sizde, yani işverendedir ama çalışanların da burada önemli bir rolü vardır. Çalışanlarınız sizin verdiğiniz eğitim ve talimatları dikkatle takip etmeli ve kendilerinin ve bunun yanında çalışma arkadaşlarının sağlık ve güvenliğini korumalıdır.

Çalışanlarınız:

- Kendilerine verilen makine, araç, gereç, ekipman ve maddeleri doğru şekilde kullanmak;

- Kendilerine verilen kişisel koruyucu donanımları doğru şekilde kullanmak ve kullandıktan sonra bu donanımların muhafaza edileceği yere doğru şekilde yerleştirmek;
- Makine ve araçlara yerleştirilen güvenlik aksamalarını yerinden çıkarmamak ve bunları doğru şekilde kullanmak;
- İşle ilgili herhangi tehlikeli bir durum meydana geldiğinde ya da korumaya yönelik düzenlemelerde bir hata ya da eksiklik olması durumunda sizi ya da sorumlu kişiyi bilgilendirmek;
- Çalışma ortamının ve çalışma koşullarının tamamen güvenli olmasını ve hiçbir risk barındırmamasını sağlamak için, sağlık ve güvenlik yönetmeliklerinin öngördüğü tüm görevlerde sizinle, yani işverenleriyle, işbirliği yapmak zorundadır. Çalışanlarınızı motive etmek ve güvenliklerine gereken ciddiyetle yaklaşımlarını sağlamak ve süreci kendi adınıza kolaylaştırabilmek için izleyebileceğiniz çeşitli yollar da bulunmaktadır;
- Güvenlik kavramınızı işyeri kültürünüzün ve geleneklerinizin bir parçası haline getirin;
- Açık ve anlaşılır güvenlik standartları ve tedbirleri belirleyin;
- Çalışanlarınızı, potansiyel gelişmeleri konusunda teşvik edin (çeşitli teşvikler önerin: Öneri programları, yarışmalar düzenleyin.);
- Düdük çalanı (bilgi vereni) cezalandırmayın, ödüllendirin;
- Size bildirilen endişeler ve öneriler konusunda çabuk harekete geçin, çalışanlarınızı bilgilendirmeyi ihmal etmeyin;
- Bilinç artıran bir atmosfer yaratın:
 - İşyerine güvenlik posterleri asın ve güvenlik broşürleri yerleştirin.
 - Çalışanlarınızı hakları ve sorumlulukları konusunda bilgilendirin.
 - Konuk konuşmacılar davet edin.
 - İşyerinde güvenlikle ilgili eğitim programları başlatın.

- Kendi bölgenizdeki ya da sanayi kolunuzdaki diğer işyeri sorunlarını da çalışanlarınızla paylaşın.

RİSK DEĞERLENDİRMESİ ÖNLEYİCİ YAKLAŞIMIN ÇOK ÖNEMLİ BİR PARÇASI

Risk değerlendirmesi nedir?

Risk değerlendirmesi, işyerindeki tehlikelerin çalışanların sağlığı ve güvenliği üzerinde oluşturduğu riskleri değerlendirme sürecini ifade etmektedir.

Risk değerlendirmesinin amacı nedir?

İş sağlığı ve güvenliği ile ilgili birçok Avrupa Birliği Direktifi risklerin değerlendirilmesini öngörmektedir, ancak risk değerlendirmesiyle ilgili yasal bir yükümlülük olmasa bile böyle bir değerlendirme yapılması iyi bir uygulama örneğidir, çünkü bu sayede çalışanların sağlıklarını korumaya yönelik bazı tedbirler alınabilmektedir. Kazaların önlenme süreci; potansiyel risklerin azaltılması ve hatta eğer mümkünse tümüyle ortadan kaldırılması ile başlamaktadır. Daha sonra toplu tedbirlerin uygulanması ve son aşamada da kişisel koruyucu çözümlerin sunulması yer almaktadır. Tehlikeleri tespit eden ve riskleri değerlendiren işveren, ya da işin kontrolünü elinde bulunduran kişi:

- İlgili yasal yükümlülükleri de göz önünde bulundurarak, gerekli koruyucu tedbirlerin alınmasıyla ilgili karar verebilmeli;
- Alınan tedbirlerin yerinde ve yeterli olup olmadığını kontrol edebilmeli;
- Daha ileri düzeyde tedbir alınmasını gerektiren durumlara öncelik verebilmeli;
- Çalışanların sağlığını ve güvenliğini ilgilendiren bir karar verildiği konusunda bilgi verebilmeli (örn. çalışanlara ya da düzenleyici kurumlara);
- Çalışanların korunma düzeyinde bir iyileşme sağlanıp sağlanmadığını kontrol edebilmelidir.

Risk değerlendirmesi

Risk değerlendirmesi tehlikeleri, riskleri ve bunların teşkil ettiği potansiyel zararı birbiriyle eşleştirebilmelidir. Örneğin, büyük bir kimyasal madde fabrikası, çok teknik bir değerlendirme sistemine ihtiyaç duyarken, düşük riskli aktiviteler gerçekleştiren küçük bir işletme basit bir sistemle ihtiyaçlarını karşılayabilmektedir.

Risk değerlendirmesi:

- Tehlikeleri belirlemeli;
- Bu tehlikeler nedeniyle potansiyel olarak risk altında bulunan çalışanları belirlemeli;
- Söz konusu risklerle ilgili tahminlerde bulunmalı;
- Bu risklerin ortadan kaldırılıp kaldırılmayacağını değerlendirmeli, ve eğer riskler giderilemiyorsa;
- Bu risklerin önlenmesi ya da azaltılması için gerekli olan ek tedbirlerle (eğer varsa) ilgili bir karar vermelidir.

RİSK DEĞERLENDİRMESİNE AŞAMALI YAKLAŞIM

1. Tehlikeleri belirlemek

Yapılan işi ve yapılan iş sırasında kullanılan ve sonucunda üretilen materyalleri, ekipmanı ve kimyasalları düşünün. Bunlardan hangileri zararlı olabilir?

Örneğin:

- Ağır kaldırmak sırt incinmelerine sebep olabilir.
- Gürültülü bir ortamda çalışmak sağırlığa yol açabilir.
- Duygusal tacizde bulunan bir yöneticiyle baskı altındaki bir ofiste çalışmak iş kaynaklı strese neden olabilir.
- Gerekli eğitimi almadan tehlikeli bir makineyi işletmek çeşitli riskler doğurabilir.

İş vereninizin işyerindeki sorunlarla ilgili olarak sizi bilgilendirmesi konusunda ısrarcı olun.

2. Mevcut risklerden kimlerin, ne şekilde zarar görebileceğini düşünün

Zarar görebilecek herkesi düşünün. Sadece çalışanlar değil, taşeronlar, bağımsız çalışanlar ve kamu üyeleri de göz önünde bulundurulmalıdır.

3. Riskleri değerlendirin ve ne yapılması gerektiğine karar verin.

Birinin zarar görme olasılığı var mı? Eğer birisinin yaralanma ihtimali varsa:

- Söz konusu tehlike tümüyle ortadan kaldırılabilir mi?
- Risk kontrol altına alınabilir mi?
- İş gücünün tamamını koruyabilmek amacıyla koruyucu tedbirler almak mümkün mü?
- Çalışanları, toplu önleyici tedbirlerle yeterli ölçüde kontrol altına alınamayan bir riskten korumak için kişisel koruyucu donanımlar kullanmaya gerek var mı?

4. Harekete geçin.

Risk değerlendirmenizi tamamladıktan sonra öncelik sırasına göre atılması gereken adımları listeleyin, harekete geçin ve çalışanları ve çalışan temsilcilerini de sürece dahil edin. Çalışanları etkileyecek olan bu risklerin azaltılmasına yönelik atılacak adımlar günlük çalışma sürecinin de bir parçası olmalı. Çalışanlarınızla ve çalışan temsilcileriyle konuşun. Onların da risk değerlendirme sürecine dahil olmasını sağlayın ve onlara riskleri azaltmak için neler yaptığınızı anlatın.

5. Bulguları gözden geçirin

Çalışma biçimlerindeki ve ekipman ve kimyasalların özellikleri ile ilgili değişiklikleri değerlendirin. Önemli bir değişiklik olduğunda kontrol altına alınması gereken yeni tehlikelerin ortaya çıkıp çıkmadığını kontrol edin.

Risk Değerlendirmesinin Adımları

- Tehlikelerin belirlenmesi; yolunda gitmeyen ne olabilir?

- Çalışanlar, taşeronlar ya da genel olarak halktan kimlere zarar gelebileceği ve bu zararın ciddiyetinin derecesi konusunda bir karara varılması,
- Söz konusu riskin gerçekleşme olasılığının belirlenmesi,
- Bu risklerin nasıl ortadan kaldırılacağı ya da azaltılacağına karar verilmesi; çalışma tesisleri, çalışma yöntemleri, ekipmanlar ya da verilen eğitimler geliştirilebilir mi?
- Riskin büyüklüğü, etkilenecek kişi sayısı vb. faktörleri göz önünde bulundurarak yapılacak eylemlerle ilgili önceliklerin belirlenmesi,
- Kontrol tedbirlerinin uygulanması,
- Kontrol tedbirlerinin işe yarayıp yaramadığının kontrol edilmesi,
- Çalışanların görüşlerinin de sürece dahil edilmesi ve risk değerlendirmesinin sonuçlarıyla ilgili çalışanlara bilgi verilmesi.

VAKA İNCELEMESİ

Bir viski şişeleme fabrikasında çalışan operatörler, bir viski markasının şişesinin etrafına pirinç telden bir örgü geçirmeleri için gerekli açığı yakalamaya çalışırken tekrar eden zorlayıcı hareketlerden kaynaklanan sırt problemleri ve vücutlarının üst uzuvlarının ciddi şekilde sakatlanması tehlikesiyle karşı karşıya kalıyorlardı. Tel örgünün yerleştirilmesinden sonra telin bükülmesi işlemini gerçekleştirmek için altı makine devreye sokuldu (toplam maliyeti 40.000 Avro oldu.) Buradaki operatörlerin başka görevlere yönlendirilmesiyle üretkenlik arttı, %20 oranında daha az tel örgü ziyan oldu, ve gürültü düzeyi 90dB (A)'dan 80'e düşürüldü. İşletmeye tahmini yıllık getirisi ise 60.000 Avro oldu.

Risk düzeyinize göre harekete geçmek:

- Eğer tespit etmiş olduğunuz riskler

önemsizse, risk değerlendirmeniz tamamlanmış demektir.

- Eğer mevcut riskler belli bir standarda göre kontrol altına alınmışsa, korumayı sağlamak için mümkünse bu standartları geliştirmeye çalışın. Değerlendirmeyi tamamlamanızla birlikte önleme stratejisinin de işler durumda olduğundan emin olun.
- Eğer riskler halihazırda kontrol altındaysa ancak bu kontrol sistemi yanlış kullanımlara ve hatalara açık bir sistemse o zaman koruyucu sistemleri geliştirmek herhangi bir hata olması durumunda izlenmesi gereken acil durum prosedürlerini belirlemek için harekete geçin.
- Eğer bazı olası riskler söz konusuysa ancak bu risklerin herhangi bir hastalık ya da sakatlığa yol açacağına ilişkin herhangi bir kanıt yoksa o zaman mevcut tedbirleri iyi uygulama standartlarıyla karşılaştırın ve bu tedbirlerin nasıl geliştirilebileceğini düşünün.
- Eğer riskler sizin belirlediğiniz tedbirlerle olmasa da bir şekilde kontrol altındaysa o zaman potansiyel riskleri karşılayabilmek için mevcut kontrol tedbirlerinizi yeni durumlara göre uyarlayın.
- Eğer yüksek risk söz konusuysa ve yeterince kontrol altına alınamıyorsa o zaman çalışanların riske maruz kalmalarını önlemek için gerekeni yapın, hatta eğer gerekiyorsa iş sürecini durdurun.
- Eğer risklerin varlığına işaret eden bir kanıt yoksa, daha ayrıntılı bilgi için sürekli arayışta olun ve iyi iş sağlığı ve güvenliği uygulamalarını harekete geçirin.

SAĞLIKLI İŞYERİ GİRİŞİMİ

Daha iyi bir işyeri için;

Avrupa İş Sağlığı ve Güvenliği Ajansı'nın, çalışanların ve işverenlerin sağlık ve güvenlikle ilgili nitelikli bilgiye kolayca ulaşabilmelerini sağlamak

amacıyla geliştirdiği bir inisiyatif olan Sağlıklı İşyeri Girişimi, daha güvenli, daha sağlıklı ve daha verimli işyerlerinin yaratılması için gerekli olan tüm araçları sunmaktadır.

<http://hwi.osha.europa.eu>

- İş sağlığı ve güvenliği alanında en güncel bilgilere ve desteğe ulaşabilmek için yerel ticaret kuruluşları, çalışan ve işveren grupları ve servis sağlayıcılarının sitelerine bağlantılar,
- Sağlık ve güvenlikle ilgili Hükümet düzenlemeleri hakkında bilgi,
- Benzer güçlüklerle diğer küçük işletmelerin nasıl başa çıktığına ilişkin bilgi ve basit ve etkili çözümler,
- Mevzuat, teşvikler ve fonlarla ilgili AB bilgisine anında erişim,
- Pratik risk değerlendirme araçları.

DAHA AYRINTILI BİLGİ EDİNMEK İÇİN NERELERE BAŞVURABİLİRSİNİZ

[AB Bilgi Merkezleri, hükümet kuruluşları ve STK'ların iletişim bilgileri]

Bilgi merkezleriyle ve kendi yerel sağlık ve güvenlik kurumlarınızla temasa geçin (Ayrıntılar aşağıdadır)

<http://hwi.osha.europa.eu>

Avrupa İş Sağlığı ve Güvenliği Ajansı'nın Girişimidir [Logolar EU-OSH-HWI]

Kaynak

<http://osha.eu.int>

■ Sayın, **Kasım Özer** ve **İsmail GERİM** **Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı** **İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü'nde yeni** **görevlerine başladılar.**



Kasım ÖZER, İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürü

1958 yılında Ankara'da doğan Kasım ÖZER ilk, orta ve lise öğrenimini Ankara'da tamamladı. 1981 yılında Orta Doğu Teknik Üniversitesi Maden Mühendisliği Bölümü'nden mezun oldu.

1984 yılında Türkiye Kömür İşletmeleri Kurumu'nda mühendis olarak göreve başladı. 1985-2008 yılları arasında Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı İş Teftiş Kurulu Başkanlığı'nda İş Müfettişliği ve Baş İş Müfettişliği görevlerinde bulunan ÖZER, Ocak 2008 tarihinden itibaren İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürü olarak görev yapmaktadır.

Birçok yurt içi ve yurt dışı deneyimlere sahip olan Kasım ÖZER, Londra'da İngiliz Kraliyet Kamu Yönetimi Enstitüsü RİPa'da "Modern Kamu Yönetimi Teknikleri ve AB" ve JISHA-Japon İş Sağlığı ve Güvenliği Kurumu'nun Osaka Merkezinde "İşyeri Ortamının İyileştirilmesi" üzerine çalışmaları yaptı.

İyi derecede İngilizce bilen Kasım ÖZER evli ve dört çocuk babasıdır.



İsmail GERİM, İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdür Yardımcısı

1968 yılında Bursa-Yenişehir'de doğan İsmail GERİM ilk, orta ve lise öğrenimini Yenişehir'de tamamladı.

1989 yılında İstanbul Teknik Üniversitesi Maden Fakültesi Petrol Mühendisliği bölümünden mezun oldu Kırıkkale Üniversitesi Endüstri

Mühendisliği bölümünde tez aşamasında yüksek lisans öğrenimine devam etmektedir.

1990 yılında özel bir petrol arama ve üretim şirketinde Petrol Mühendisi olarak iş hayatına başladı. 1991 - 1992 yılları arasında askerlik (yedek subay) hizmetini müteakip 1993 yılında mühendis olarak çalışmaya başladığı BOTAŞ'ta Bursa ve Ankara'da proje mühendisi, başmühendis olarak bilgi işlem, gaz

ticaret ve pazarlama, proje ve hak ediş gibi değişik görevler yaptıktan sonra 2000-2003 yılları arasında Bakü-Tiflis-Ceyhan Ham Petrol Boru Hattı projesinde deniz terminalinden sorumlu olarak temel ve detay mühendislik aşamalarında çalıştı.

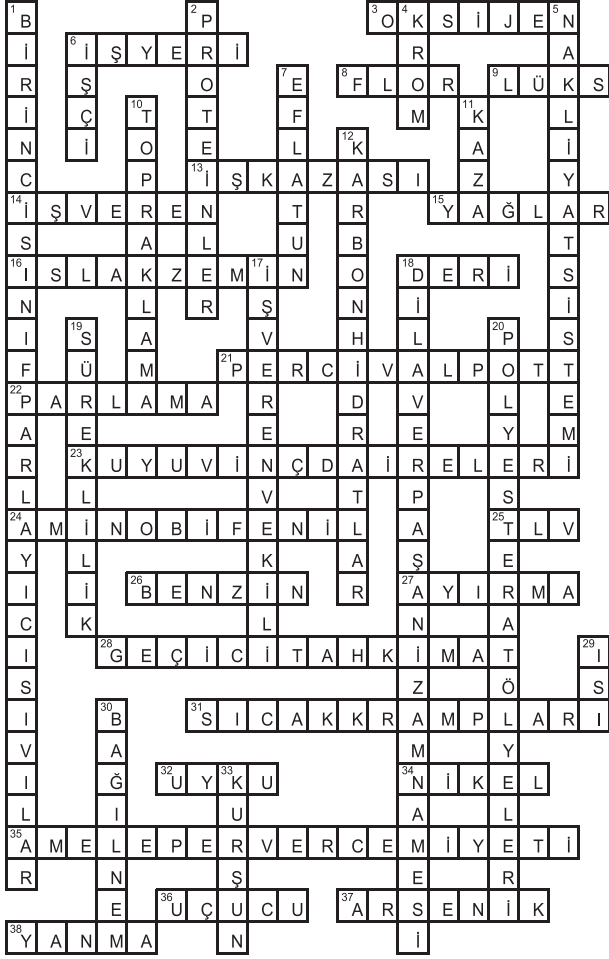
2003-2004 yılları arasında BURSAGAZ A.Ş. (Bursa Şehir içi Doğalgaz Dağıtım ve Ticaret Taahhüt Şti.)'nde Genel Müdür ve Yönetim Kurulu Başkanlığı yaptı.

2004 - 2007 yılları arasında Devlet Planlama Teşkilatı Müsteşarlığı'nda Madencilik ve Petrol - Petrol Ürünleri sektörlerindeki çalışmalarından sonra Ocak 2008 döneminden itibaren İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdür Yardımcısı görevini yürütmektedir.

İngilizce bilen, yurtiçi ve yurtdışı ulusal ve uluslararası deneyimleri olan İsmail GERİM aynı zamanda Türk Standartları Enstitüsü'nde Teknik Kurul üyesidir.

eğlencelik

Bulmaca 36'nın cevabı

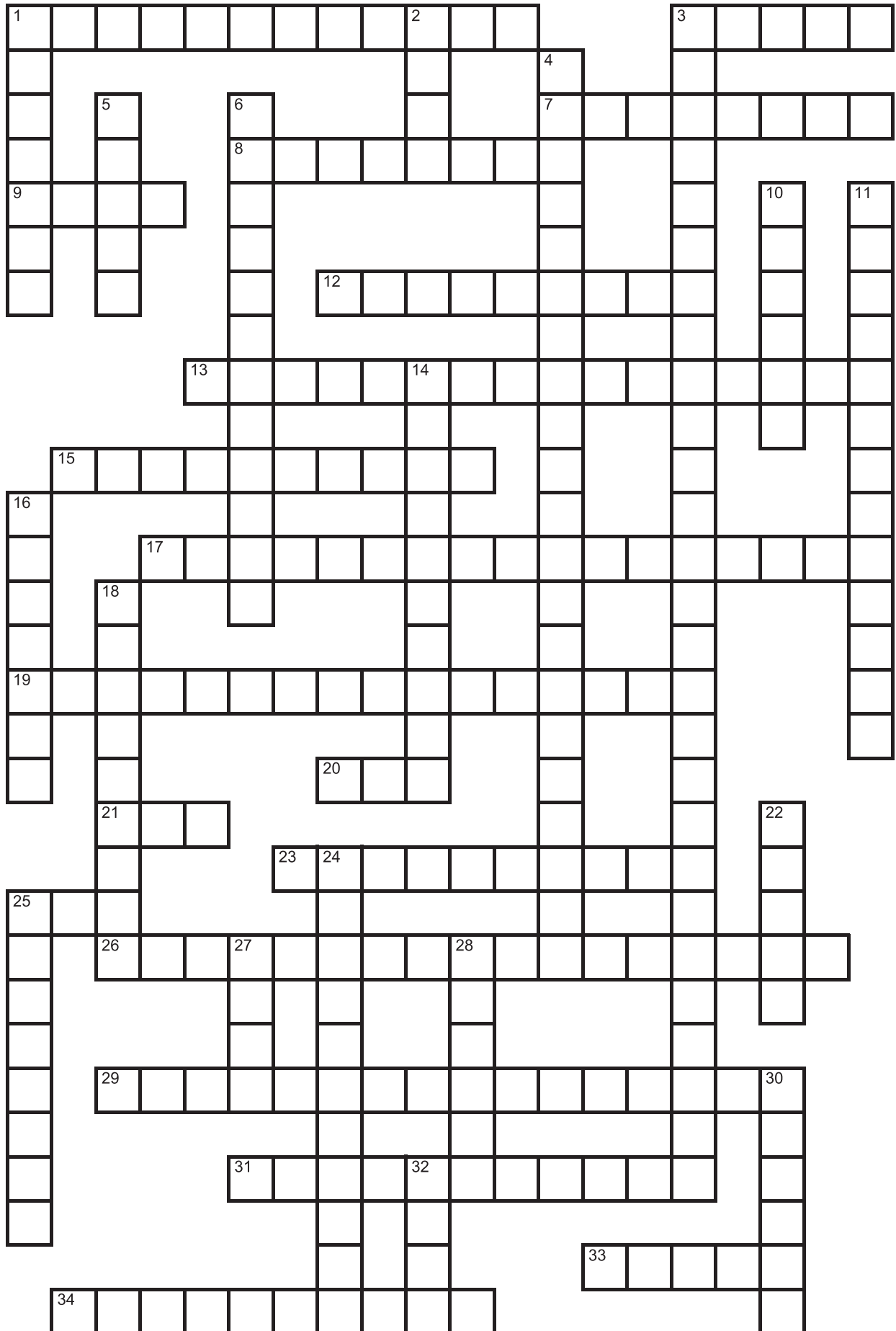


Soldan sağa

- Soluk sarımsı kolayca buharlaşabilen, patlayıcı bir sıvı halinde bulunan, genellikle çözücü olarak kullanılan bir gaz.
- Çalışanların sağlığının korunması bakımından işyerlerinde incelemeler ve ortam ölçümleri yapan, ortam koşullarının olumlu hale getirilmesi bakımından iş yerlerine danışmalık hizmeti de veren kuruluş.
- Madenci toplumunda akciğer hastalıklarının sıklığına dikkati çeken kişi (1494-1555).
- Madenlerde yangına elverişli ortamlardan.
- Aydınlık şiddeti birimi.
- Silis tozuna bağlı olarak meydana gelen akciğer hastalığı.
- Temel görevi "çalışanların sağlığını korumak ve iş güvenliğini sağlamak amacı ile gerekli mevzuatı hazırlamak ve uygulanmasını sağlamak" olan Bakanlık.
- Metrekareye düşen yanabilir madde ağırlığı.
- Kömür madenciliği ile ilgili önlemler ve tazminatlar konusunda düzenlemeler getiren 1869 tarihli nizamname.
- Ocaklara gönderilen temiz havanın ocak içerisinde arzu edilen kullanım kısımlarına taşınması.
- Yangının olması için gereken etmenlerden.
- Ortalama eşik değer (İngilizce kısaltma)
- Havadaki su buharı basıncının doymuş basıncına eşit olduğu noktadaki ortam sıcaklığı.
- Çeşitli maddelerden doğal yada yapay yolla aşınarak oluşan, oluştuğu maddenin özelliklerini taşıyan çok küçük tanecikler.
- Çözücülerle ilgili önlemlerden.
- İşverenin sorumluluklarından.
- İngiltere'de "Merkezi Kayıt Dairesi" nin başkanlığına getirilmesinden sonra (1839) bu ülkede ölümlerin mesleklere göre incelenmesini başlatan kişi.
- Çözücülerin özelliklerinden.
- Madenlerde havalandırmanın özelliklerinden.

Yukarıdan aşağıya

- Madenlerde tahkimat yerlerinden.
- Gri yeşil renkte sert kokulu çok zehirli bir gaz.
- Tutuşma noktaları 38-60 santigrat derece arasında olan sıvılar.
- Alt tarafı mat, üstü açık abajurlarla sağlanan aydınlatma.
- Burun sinüsleri ve akciğer kanserlerine yol açan bir madde.
- Madenlerde tahkimat yerlerinden.
- Tehlike doğuran, önü alınamayan yada söndürülemeyen ateş.
- İş sağlığı uygulama ilkelerinden.
- Deri kanseri yapan bir madde.
- Zanaatkarların çalışma koşullarından kaynaklanan sorunlarına değinen filozof.
- Silikozise yol açan etken.
- Maddelerin oksijenle birleşmesi.
- İş sağlığının tıbbi boyutu.
- İş sağlığı açısından önemli fiziksel etkenlerden.
- Yorgunluğun giderilmesinde en önemli etmenlerden.
- Boyahanelerle ilgili koruyucu yöntemlerden.
- Kanda alyuvarlara bağlı olarak taşınan ve kemiklerde depolanan, yumuşak bir metal.
- Bir hizmet akdine dayanarak herhangi bir işte ücret karşılığı çalışan kişi.





T.C. ÇALIŞMA VE SOSYAL GÜVENLİK BAKANLIĞI
İŞ SAĞLIĞI VE GÜVENLİĞİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

İŞ SAĞLIĞI VE GÜVENLİĞİ DERGİSİ MAKALE YAZIM KURALLARI

- * İş Sağlığı ve Güvenliği Dergisi'nde yayınlanması istemiyle gönderilecek olan yazılarda aşağıdaki kurallara uyulmalıdır.
1. Gönderilecek makaleler, iş sağlığı ve güvenliği alanı ile doğrudan veya dolaylı ilgili, orjinal araştırma veya derleme şeklinde olmalıdır.
 2. Makalelerin başlığı metne uygun, kısa ve açık ifadeli olmalı, büyük harfle ve koyu karakterde yazılmalı ve başlık satırı ortalanmalıdır.
 3. Yazar ad ve soyadları başlığın altına konulmalı, ünvan ve adresler soyadın son kısmında üst indis şeklinde veya daha çok (*) ile sayfanın alt bölümündeki çizgi altına yerleştirilmelidir.
 4. Yazılar, A-4 kağıdının tek yüzüne, üstten ve sol yandan 4'er cm, sağ yandan ve alttan 2'şer cm bırakılarak yazılmalıdır. Yazımda Microsoft Word programı kullanılmalı, Times New Roman fontunda 12 punto ile yazılmalı ve basılmış bir adet makale ile birlikte makalenin kaydedildiği cd de gönderilmelidir.
 5. Makale en az 2, en çok 6 sayfa olmalıdır. Satır aralarında 1.5 cm boşluk bırakılmalıdır.
 6. Şekil, tablo ve grafikler makale içine yerleştirilmeli, şekil ve grafiklerin numara ve başlığı alt kısma yerleştirilmelidir. Şekil ve grafikler bilgisayar ile çizilmemiş ise aydınlatma çini mürekkebi ile çizilmiş olmalıdır.
 7. Kaynaklar konu içinde üst indis numara şeklinde verilmeli, makale sonunda aynı numara sırasıyla düzenlenmelidir.
 8. Yazıların ilmi ve hukuki sorumluluğu tamamen yazar(lar)ına aittir. Gönderilen yazıların doğrudan veya bazı düzeltmeler yapılarak yayınlanmasına veya yayınlanmamasına Yayın Kurulu'nca karar verilir.
 9. Gönderilen yazılar yayınlanıp yayınlanmamasına bakılmaksızın yazar(lar)ına geri verilmez. Ancak Yayın Kurulu'nun görüşü doğrultusunda yeniden düzenlenmesi söz konusu olduğunda yazar(lar)ına gönderilir.

İşyerinde Stresle Baş Etmenin Yolları



- **Doğru Çalışma Yöntemi Seçin**
- **Sorunlarınızı Paylaşın**
- **Çalışırken Ara Verin**
- **Doğru Beslenin**
- **Spor Yapın**



Kaynak: Çalışan Çocuklar Bölümü, (Türkiyede Çocuk İşçiliğinin En Kötü Biçimlerinin Ortadan Kaldırılması Projesinden alınmıştır).

İLETİŞİM BİLGİLERİ

Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı
İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü
İnönü Bulvarı No: 42 İ - Blok
4. Kat 06100 Emek / Ankara

Tel: 0312. 215 50 21
Faks: 0312. 215 50 28
www.isggm.gov.tr
isggm@csgb.gov.tr