

İnşaat Sektöründe Meslek Hastalıkları





İnşaatta Çalışıyorum: Karşılaşabileceğim Meslek Hastalıkları Nelerdir?

İnşaat sektöründe çalışıyorsanız uzun süre ayakta kaldığınızı, fazla sıcak ya da soğuk ortamlarda çalıştığınızı, toza ve gürültüye maruz kaldığınızı, ağır yük taşıdığınızı söyleyebiliriz.

Bu ve benzeri çalışma koşullarınız sebebiyle birçok meslek hastalığıyla karşılaşabilirsiniz.

Bunları sıralayalım:



Toza Maruziyet Kaynaklı Sorunlar:

Yıkım, zımparalama, taşlama, kumlama, sökme, kazma, sıvama gibi inşaat sektörünün birçok işkolunda toz oluşumuna neden olan işler yapılmaktadır. Gerekli önlemler alınmadığı takdirde bu tozlar sağlığınız için büyük tehlike oluşturur. İlk akla gelen hastalıklar ve belirtileri şunlardır:





Mesleki astım: Öksürük, göğüste şişkinlik hissi, nefes darlığı, hırıltı.

Akciğer enfeksiyonu: Tozda bulunan virüs ve bakteriler kaynaklı oluşur. Vücutta balgam ve iltihap oluşturarak nefes almayı güçleştirir.

Kronik obstrüktif akciğer hastalığı (KOAH): Temel olarak solunum yolunun daralmasıyla kendisini gösteren bir hastalıktır. İlk dönem belirtileri; öksürük, balgam çıkarma, nefes darlığı, solunum güçlüğüdür. İleri dönemlerdeyse ayaklarda şişme, iştahsızlık ve kilo kaybı yaşanır.

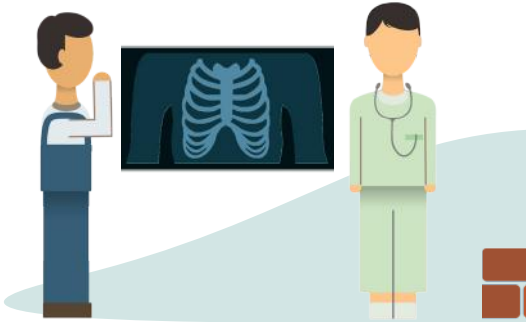
Asbestoz: 5-10 yıl süreyle inşaatta çalışmanız sonucunda ortaya çıkabilir.

Asbestoz hastalığı;

- Solunum yetmezliği,
- Hiper tansiyon,
- Kalp yetmezliği,
- Akciğer kanseri gibi tehlikeli

sonuçlara varabilir.

İlk dönem belirtileri öksürük, balgam ve göğüs ağrısı gibi diğer akciğer hastalıklarıyla benzerlik gösterir.

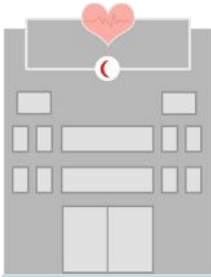


Silikozis: Silika tozu beton ve harcın önemli bir bileşenidir. Bu sebeple kumlama, kazma, duvarcılık, tünel ve yol yapımı, yıkım, fırçalama gibi inşaatla ilgili birçok görev sırasında silika tozuna maruz kalıyor olabilirsiniz. Hastalığın ilk dönem belirtileri diğer akciğer rahatsızlıklarıyla benzerdir. İlerleyen dönemlerdeyse kilo kaybı, hipertansiyon, ödem ve cilt değişikliklerine sebep olabilir. Maruz kaldığınız tozun yoğunluğuna, parçacık boyutuna ve maruziyet süresine bağlı olarak hastalığın etkileri ve ilerleyişi değişebilir. Ancak ölümcül sonuçlara varabilen bu hastalığın tedaviyle gerilemesinin mümkün olmadığını belirtelim.



Önemli!

Hastalıkların belirtilerini birbirinden ayırt etmek zordur. Bu sebeple birçok hastalığın belirtisi olabilecek sorunların belli bir hastalığa işaret ettiğini söylemek doğru olmayacaktır. Yaşadığınız sağlık sorunlarının hangi hastalıktan kaynaklandığını öğrenmek için bir doktora başvurmanızı ve yaptığınız işle ilgili detaylı bilgi vermenizi öneririz.

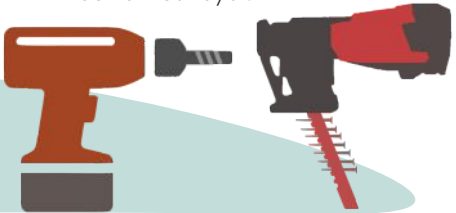


Titreşimli Makine Kullanımı

Kaynaklı Sorunlar:

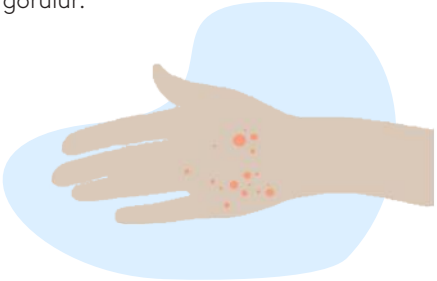
Çivileme makinelerinde uzun süre çalışıyorsanız parmaklarınızda ve ellerinizde karıncalanma fark edebilirsiniz. İlerleyen dönemlerdeyse dokunma duyusunda azalma hissedebilirsiniz. Kemik ve eklem hasarları oluşabilir. Bunlardan biri Karpal Tünel adı verilen el bileğindeki sinir sıkışmasıdır. Belirtiler şunlardır:

- Elde şişme ve uyuşma,
- Parmaklarda sertleşme,
- Uyku bozukluğu,
- Elde kuvvet kaybı.



Kas yırtılması veya kas krampı yaşayabilirsiniz.

Beyaz parmak hastalığı (Raynaud hastalığı) karşılaşılabileceğiniz bir diğer sorundur. Bu hastalık genellikle el ve ayak parmaklarındaki kan damarlarının daralması ve kanın derinin yüzeyine ulaşamaması sebebiyle oluşur. Hastalık sebebiyle ciltte beyaz ve mavi bir görüntü ortaya çıkar. Hastalık ilerlediğinde ise ciltte yaralar ve doku ölümleri görülür.



Çalışma Pozisyonu Kaynaklı Sorunlar:

Ağırlık kaldırmanız, uzun süre aynı pozisyonda kalarak veya aynı hareketi tekrarlayarak çalışmanız sırt ve kas ağrılarına neden olur.

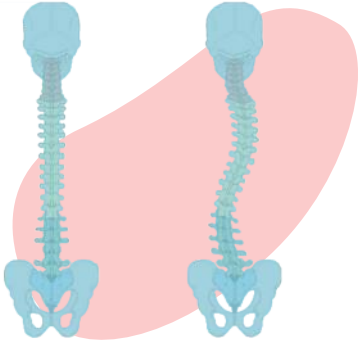
İleriki dönemlerde ise iskelet sistemi rahatsızlıkları ortaya çıkabilir.

Ağırlık kaldırmanız sebebiyle belinizde düzleşme, incinme, kayma gözlemleyebilirsiniz. Sık karşılaşılan hastalıklardan biri olan bel fıtığı ağır fiziksel çalışma sonucunda ortaya çıkar ve belirtileri şunlardır:

- Bel ve çevresinde ağrı hissetme,
- Öksürme, hapşırma gibi durumlarda ağrıda artış,
- Belde eğrilik,
- Adelelerde kasilma,
- Ayak ve bacak reflekslerinde azalma hissi.

Bir diğer iskelet sistemi rahatsızlığı kas ve kemiklerinizi birbirine bağlayan tendonlarda hissedilen rahatsızlıktır. Vücutun aşırı zorlanması sebebiyle ortaya çıkan bu sorunun belirtileri;

- Tendonda yanma, ağrı ve şişkinlik,
- Dokunmaya duyarlılık,
- Hareket kabiliyetinde azalmadır.

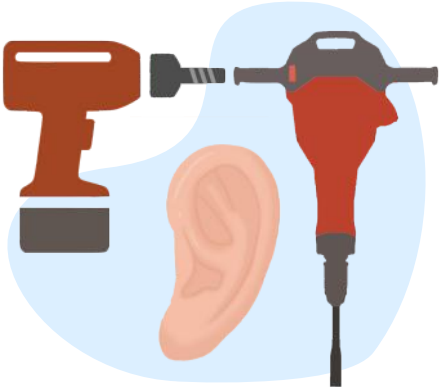




Bir diğerk rahatsızlık, eklem ve kemiklerin birbirine sürtünmesini engelleyen kaygan sıvı ile dolu keselerin zarar görmesiyle oluşur. Bursit adı verilen bu hastalık omuz, dirsek, kalça, diz ve topuk gibi bölgelerde görülür. Bu bölgelerde ağrı ve ağrı hissedilen yerde şişkinlik bursitin belirtileri arasındadır. Ayrıca bu bölgenin vücudunuzun geri kalanına nazaran daha sıcak olduğu görülür. Bunların yanısıra kullandığınız aletlerin çalışmanızı kolaylaştıracak bir pozisyonda bulunmaması da sorunlara sebep olabilir.

Gürültü Kaynaklı Sorunlar:

Çalışma sırasında kullandığınız alet ve makineler gürültü kaynağıdır. Uzun süre maruz kaldığınız bu gürültü geçici ve kalıcı işitme kayıplarına, kulak çınlamasına, hipertansiyona, dikkat dağınıklığına, huzursuz ve sinirli hissetmenize sebep olabilir.



Sıcaklık Kaynaklı Sorunlar:

Açık hava koşullarında çalışmak zorunda kalmanız hava sıcaklıklarının yüksek olduğu zamanlarda sizin için sorun yaratabilir. Özellikle yüksekte çalışıyorsanız sıcaklık sebebiyle hissettiğiniz rahatsızlık daha fark edilir olacaktır. Ayrıca fiziksel olarak hareketli olmanız, kullandığınız ekipmanların sıcaklığı ve nem gibi sebeplerle daha da konforsuz koşullarda çalışmak zorunda kalabilirsiniz. Hissedilen bu sıcaklık şu sorunları yaşamanıza neden olabilir:

- Konsantrasyon bozukluğu,
- Isı bitkinliği,
- Sıcak çarpması,
- Isı krampları
- Aşırı duyarlılık.



Kimyasal Kaynaklı Sorunlar:

Metal, cila, solvent, tiner, asit, berilyum, boya, kurşun, katran gibi kimyasallarla çalışıyor olabilirsiniz. Hangi kimyasala maruz kaldığınız yaptığınız işe göre değişecektir. Örneğin; çatı ustası veya lehimciyseniz katrana, boyacıysanız solvent buharları ve toksik metale, asfalt çalışanıysanız dizele, karo ustasıysanız yapıştırıcıya maruz kalıyor olabilirsiniz.



Eğer vücudunuza zarar verecek ölçüde kimyasala maruz kalıyorsanız cildinizde gözlemleyebileceğiniz değişiklikler şunlardır:

- Kabarma,
- Sızıntı,
- Kabuklanma,
- Pullanma,
- Kaşıntı,
- Yanma.

Özellikle kırmızı renkte, kabuk bağlamış ve kaşıntı hissi yaratan döküntüler egzemanın (deri iltihabı) ya da kontakt dermatitin (deri reaksiyonu) belirtisi olabilir.



İnşaatta Çalışıyorum: Doğru Çalışma Yöntemi Nedir?

Toza Maruziyet Kaynaklı Sorunlara Çözümler:

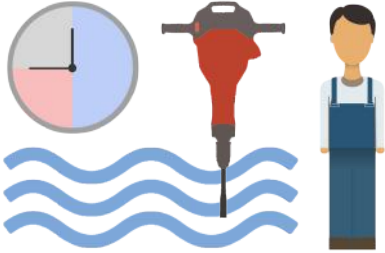
Koruyucu ekipman olarak maske kullanmalısınız. Bu maske toza maruziyetinizi engelleyecek özelliğe sahip olmalıdır.

Çalıştığınız ortamın toz ölçümü yapılmalıdır.

Toz oluşumunu önleyici/azaltıcı tedbirler alınmalıdır.

Bunlardan biri toz emiş sistemlerinin olması bir diğeryse çalıştığınız ortamın havalandırma sisteminin etkin bir şekilde çalışmasıdır.





Titreşimli Makine Kullanımı

Kaynaklı Sorunlara Çözümler:

Çalışma saatlerinin uzatılmaması, sık sık mola verilmesi, kimsenin uzun süre titreşimli makine kullanmak zorunda kalmayacağı bir işbölümü düzenlemesi gereklidir. Titreşim maruziyeti daha düşük olan makineler işveren tarafından seçilmeli ve bu makinelerin bakımları yapılmalıdır. Titreşime maruz kalan işçi için soğuktan ve nemden koruyacak giysiler temin edilmelidir.

Çalışma Pozisyonu Kaynaklı Sorunlara Çözümler:

Kullandığınız makinelerin yerleştirilmesi ve çevresinin düzenlenmesi, rahat çalışabileceğiniz bir şekilde ayarlanmalıdır.

Boyunuza göre ayarlanması gereken kimi makinelere yükseltici/alçaltıcı konulması kas ve iskelet sağlığı açısından önemlidir.

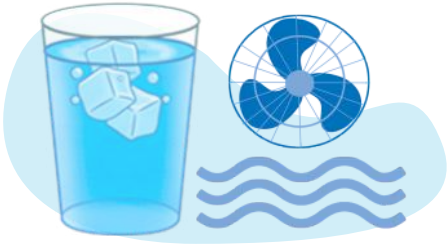


Gürültü Kaynaklı Sorunlara Çözümler:

Sorun ortaya çıkmadan alınması gereken önlemlerden biri işe giriş muayeneleri sırasında gürültünün yan etkilerine karşı risk altında olan grubun belirlenmesidir. Bu sayede riskli gruptaki işçilerin gürültülü işten uzak tutulması sağlanabilir. Çalıştığınız ortamın ses yalıtımının yapılması, sessiz makine tercihi akla gelen diğer önlemlerdendir. Çalıştığınız ortamın gürültü ölçümleri yapılmalı ve sorun oluşturacak yükseklikteki seslere uzun süre maruziyetiniz engellenmelidir. Maruz kaldığınız süre zarfında kullanmanız üzere kulak koruyucu sağlanmalıdır.

Sıcaklık Kaynaklı Sorunlara Çözümler:

İnşaat işlerinin birçoğu açık alanda yapıldığı için sıcaklık kaynaklı sorunların çözümünde sağlık kontrollerinin düzenli bir şekilde yapılması esastır. Bu kontroller sırasında oksijen alım kapasitesine ve kapasitede değişiklik olup olmadığına dikkat edilmelidir. Sık sık mola verilmeli ve molalarda dinlenebileceğiniz serin odalar ve tüketebileceğiniz soğuk içecekler bulunmalıdır.





Önemli!

İşiniz her ne olursa olsun, iş sırasında sık sık mola vermek ve çalışma saatlerinin uzun sürelere yayılmaması sağlığını korumak adına gereklidir. Hukuki olarak haftada 45 ve günde 11 saatten fazla çalıştırılmanız yasaktır. Gece çalışıyorsanız, hamileyseniz, emziriyorsanız çalışma süreniz en fazla 7.5 saattir. 16 ile 18 yaş arasındaysanız günlük en fazla 8, haftalık 40 saat çalıştırılabilirsiniz. Fazla mesaiye kalmanız ise yasalara aykırıdır. Bu yasak gece çalışanlar ve hamileler için de geçerlidir.



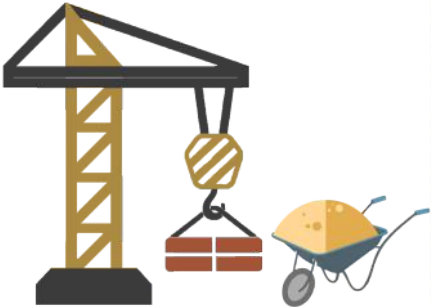
Kimyasal Kaynaklı Sorunlara Çözümler:

Kullandığınız kimyasalların Malzeme Güvenlik Bilgi Formlarının iyice incelenmesi ve buna göre seçilmesi gerekmektedir. Bu yönüyle araştırmalar takip edilerek daha az zararlı madde içeren kimyasallar seçilmelidir.

İşveren tarafından kimyasal maddelere direk temas etmenizi engelleyecek koruyucu ekipmanlar sağlanmalıdır. Ayrıca gerekli havalandırma önlemleri alınarak kimyasal maddeye maruziyetiniz azaltılmalıdır.

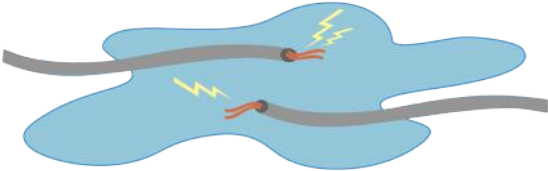
İş Kazaları

İnşaat sektöründe ölümlle sonuçlanan iş kazalarının yaşandığı görülmektedir. En çok görülen kaza şekliyse işçilerin düşmesidir. Buna ek olarak malzeme düşmesi ya da sıçraması, inşaat alanında çökme veya göçme, patlayıcı madde kazaları, uzuv sıkışması gibi birçok kazanın yaşandığı sektörde önlemlerin alınmaması riskleri arttırmaktadır.



İş Kazalarının Önlenmesi

İşçi düşmelerini önlemek için ilk başta akla gelen korkuluk, tutma ağıları ve güvenlik kemeridir. Ayrıca boş bırakılan çukurların üstünün kapatılması gereklidir. Elektrik çarpmalarına karşı yalıtkan eldiven ve ayakkabı gibi kişisel koruyucular sağlanmalı ve gerilim hatlarının yalıtkan perdelerle inşaat alanından ayrılması gereklidir. İş sırasında karşılaşılabileceğiniz tehlikeler hakkında bilgilendirilmelisiniz. İşveren işinizle ilgili iş güvenliği eğitimi vermelidir.



Dikkat!

İş kazası geçirdim, haklarım neler?

İş kazaları sadece iş yerinde meydana gelen kazaları değil, işinizle ilgili her durumda ve işinizi icra ettiğiniz her anda geçirdiğiniz kazaları kapsamaktadır. Örneğin, işyerine gidiş ve geliş için işveren tarafından sağlanan bir taşıtta geçirilen kaza iş kazası kapsamındadır. İş kazası geçirmeniz durumunda işveren kazayı işyerinin bulunduğu yerdeki emniyet birimlerine ve sağlık kurumlarına bildirmekle yükümlüdür. Kazanın gerçekleştiği tarihten itibaren 3 gün içerisinde Sosyal Güvenlik Kurumuna bildirmelidir. Ancak kayıtdışı çalışıyorsanız işveren bu yükümlülükleri yerine getirmekten kaçınabilir. Bu durumda iş kazasının gerçekleştiğini gösteren belgelerle birlikte başvuruda bulunabilirsiniz.

İş kazasının gerçekleştiği yerdeki Sigorta Müdürlüğüne dilekçe ile başvurun. Bu kurum fiziksel zararınızı tespit etmek için sizi hastaneye yönlendirecektir. Burada sağlığınızla ilgili tetkikler tamamlandıktan sonra maluliyet oranınız belirlenir. Bu orana bağlı olarak maluliyet aylığı veya sürekli işgöremezlik geliri alabilirsiniz. Uğradığınız zarardan dolayı işverene maddi/manevi tazminat davası açabilirsiniz.



Önemli!

İşveren iş kazasından öte sizi kayıtdışı çalıştırdığı için ceza ödemek zorundadır. Bu yüklü bir cezadır o yüzden işveren sizi işten atmakla tehdit ettiğinde ya da hakkınızı herhangi bir şekilde gasp ettiğinde elinizde işvereni korkutacak büyük bir koz olduğunu unutmayın.





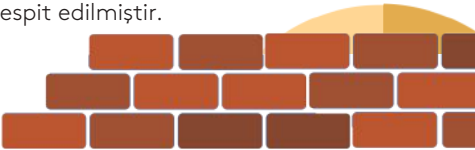
Önemli!

İşveren yaptığınız işe uygun her türlü güvenlik önlemini almakla ve sağlıklı çalışma ortamı sağlamakla yükümlüdür.

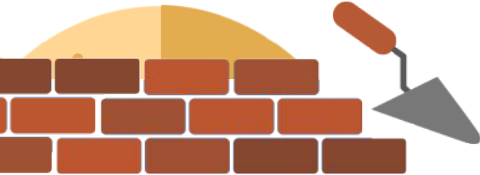


Vaka Örneđi

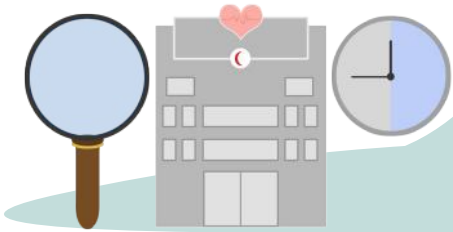
Çocukluktan beri inşaatta çalıştığını belirten 52 yaşındaki Sadık B., genellikle bina yıkma işinde görev aldığını belirtmiştir. İş sırasında hem makinelerin hem de yıkılan betonun çıkardığı sese uzun süre maruz kaldığını ve bazen iş sırasında gözünün karardığını söyleyen Sadık B.'nin gün boyunca kepçe ve greyderle moloz topladığı dönemler olmuştur. Mesai sonu ve iş aralarında uğuldama; akşamları ise çınlama sorunu yaşayan işçi, etrafındakilerin duymadığını fark etmesi sonucunda doktora gitmiş ve yapılan tetkikler sonucunda işitme kaybı %40 olarak tespit edilmiştir.



Sonrasında işini bırakmayan ve çalışmaya devam eden Sadık B.'nin bir buçuk sene sonra şikâyetleri artmış ve yeniden doktora gittiğinde işitme kaybı oranının %62-64 seviyesine yükseldiği görülmüştür. İş güvenliği eğitimlerine katılan ve eldiven, baret gibi kişisel koruyucular kullanan Sadık B., kendisine gürültüyü azaltacak herhangi bir kişisel koruyucu verilmediğini ve gürültüye karşı herhangi bir önlem alındığına tanık olmadığını belirtmiştir. İşveren gürültünün azaltılması için gerekli önlemleri almayarak işçinin sağlığının bozulmasına neden olmuştur.



Ayrıca işçinin aynı işi uzun süreler boyunca yaptığı görülmektedir. Oysaki gürültü maruziyetini en aza indirmek için işçinin yıkma ya da moloz toplama gibi gürültülü işleri uzun süreler boyunca yapmaması gereklidir. İşveren bu önlemi almamıştır. Burada işveren kusurunun sorgulanarak işçinin sağlığını ve güvenliğini sağlamayan çalışma koşulları acilen sona erdirilmelidir. Aynı işyerinde benzer sorunları yaşayan tüm işçiler tespit edilerek zararları karşılanmalıdır.







Bu kitapçık Hrant Dink Vakfı Hibe Programı kapsamında Avrupa Birliği desteği ile hazırlanmıştır. İçeriğin sorumluluğu tamamıyla Temiz Giysi Kampanyası Derneği'ne aittir ve Avrupa Birliği'nin ve/veya Hrant Dink Vakfı'nın görüşlerini yansıtmamaktadır.



Temiz Giysi Kampanyası Derneği
Adres: Kemankeş Karamustafa Paşa Mahallesi, Halil Paşa
Sokak, Ömer Abed Han, Kat 4 No 3-4
Karaköy, 34425 Beyoğlu/İstanbul, Türkiye
Telefon : +90 212 251 99 79