

Sağlık alışanlarında Meslek Hastalıkları





Sağlık alışanıyım: Karşılaşabileceğim meslek hastalıkları nelerdir?

Sağlık alışanıysanız kimyasal maddelere maruz kaldığınızı, enfeksiyon riskinizin yüksek olduğunu ve çalışma pozisyonu kaynaklı sorunlar yaşadığınızı söyleyebiliriz. Gereкли nlemler alınmadığı takdirde çalışma koşullarınız sebebiyle meslek hastalığına yakalanma riskiniz yüksektir.

Karşılaşabileceğiniz sorunları sıralayalım:



Enfeksiyon Kaynaklı Sorunlar:

Hastaların kan ve diğer vücut sıvılarına temas etmeniz enfeksiyon hastalıklarına sebep olabilir. Ayrıca hastanın soluk alıp verdiği ortamda havada damlacıklar asılı kalır; siz de bu havayı solursunuz. Bu sebeplerle oluşabilecek hastalıklar ve belirtileri şunlardır:



İlk akla gelen hastalıklar ve belirtileri şunlardır:

Hepatit B: Ateş, bitkinlik, iştahsızlık, bulantı, kas ve eklem ağrısı.

Hepatit C: Yorgunluk hissi, yüksek ateş, bulantı, iştahsızlık, karın ağrısı.

HIV: Ateş, ciltte kızarıklık, baş ağrısı, ağız ve genital organlarda yaralar. Doktor, hemşire ve temizlik görevlileri risk altındadır.

Tüberküloz (Verem): Ateş, öksürük, göğüs ağrısı, iştahsızlık, kilo kaybı ve gece terlemesi.

Domuz gribi: Ateş, boğaz ağrısı, üşüme, vücut ağrıları.

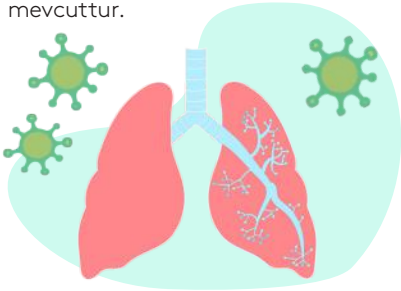
Suçiçeği: Burun akıntısı, ateş, halsizlik, ciltte kızarıklık.

Kızamıkçık: Baş ağrısı, burun akıntısı, iltihaplı gözler, ciltte döküntü.



Önemli!

Covid-19 ateş, öksürük, yorgunluk, tat ve koku duyusunun kaybı gibi belirtiler gösteren bulaşıcı bir hastalıktır. Mesleki maruziyet sebebiyle hastalığa yakalanan ve hayatını kaybeden birçok sağlık çalışanı olmuştur. Bu yönüyle Covid-19'un sağlık çalışanları için meslek hastalığı olarak tanınması ve meslek hastalığından kaynaklanan haklarının verilmesi yönünde tüm dünyada yürütülen çalışmalar mevcuttur.



Kimyasal Kaynaklı Sorunlar:

Anestezi işleminde kullanılan maddelerin bazıları havada uçucu halde bulunur. Bu havayı sürekli olarak solumak zorunda kalan sağlık çalışanları doğurganlıkta azalma ve düşük riski altındadır. Testosteron seviyesinde azalma ve sperm sayısında değişiklik meydana gelir. Uzun süre ve yüksek yoğunlukta kimyasalla maruz kalındığında ise lösemi ve lenfoma riskini arttırdığına yönelik araştırmalar vardır. Özellikle ameliyathanede çalışanlarda karaciğer ve böbrek hastalıkları riskinin arttığını belirtelim. Laboratuvar ve diş kliniklerinde kullanılan civa solunum ve temas yoluyla zehirlenmelere sebep olabilir.



Antibiyotikler, kanser tedavisinde kullanılan ilaçlar, formaldehit ve glutaraldehit adlı dezenfektanlar astım ve dermatit gibi hastalıklara sebep olur.

Bu hastalıkların belirtileri şunlardır:

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

Dermatit: Ciltte görülen döküntü, kaşıntı ve kabarcıklar.



Radyasyona Maruziyet Kaynaklı Sorunlar:

Sağlık alanında radyasyona uzun süreli ve düşük doz maruziyet söz konusudur. Ortaya çıkabilecek sağlık sorunları şunlardır:

- Erken yaşlanmaya sebep olur.
- Tiroid ya da kan kanseri olma riski artar.
- Doğurganlığı azaltır, kısırlığa sebep olabilir.
- Kansızlık, zayıflık ve yorgunluk gibi sorunlar ortaya çıkar.
- Ciltte kızarıklık ve kabarma görülebilir.
- Katarakt oluşabilir. Çift görme, ışığa hassasiyet ve görme seviyesinde azalma hastalığının en temel belirtileridir.



Önemli!

Hamile olan sağlık çalışanlarının radyasyondan uzak kalması sağlanmalıdır.



Toza Maruziyet Kaynaklı Sorunlar:

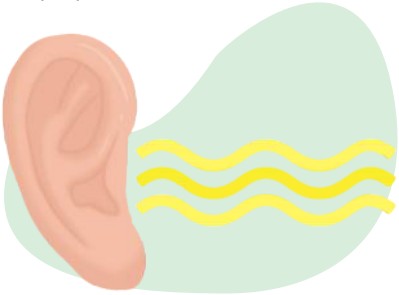
Eldiven ve diğer plastik malzemelerle bulunan lateks maddesine alerjiniz varsa kullandığınız eldivenler sebebiyle hapşırık, sık nezle, kaşıntı sorunlarınız olabilir. Lateks antijenine bağlı alerjik rinit ve astım gibi sorunlar yaşayabilirsiniz. Özellikle pudralı lateks eldivenler, pudra tozlarına yapışan lateks proteinlerinin solunabilir hale gelmesi nedeniyle sizin için daha tehlikeli olacaktır.

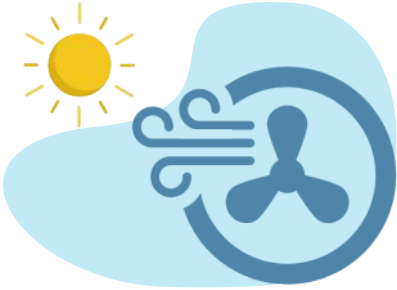


Gürültü Kaynaklı Sorunlar:

Ortopedi ameliyathanelerinde veya diş kliniğinde çalışıyorsanız risk altında olduğunuzu söyleyebiliriz. Gürültüye maruz kalmanız sebebiyle;

- Geçici ya da kalıcı işitme kaybı,
- Yorgunluk,
- Baş dönmesi,
- Kulak ınlaması,
- Sinirlilik,
- Uyku bozuklukları gibi sorunlarla karşılaşabilirsiniz.





Sıcaklık Kaynaklı Sorunlar:

Mutfak ve çamaşırhanelerde çalışıyorsanız yüksek sıcaklıklara maruz kalıyor olabilirsiniz.

Sıcak çalışma ortamı sebebiyle;

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

Çalışma Pozisyonu Kaynaklı Sorunlar:

Hasta bakımı ve hasta taşıma işlemleri belin alt kısmında ağrıya sebep olabilir. Özellikle hemşireler risk altındadır. İleri dönemlerde ise iskelet sistemi rahatsızlıkları ortaya çıkabilir. Ağırlık kaldırmanız sebebiyle belinizde düzleşme, incinme, kayma gözlemleyebilirsiniz.



Sık karşılaşılan hastalıklardan biri olan bel fitiğı, ağır fiziksel çalışma sonucunda ortaya çıkar ve belirtileri şunlardır:

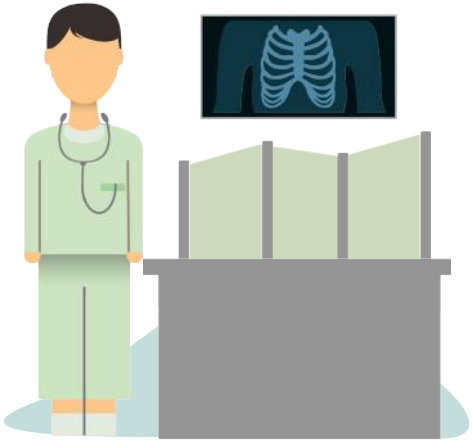
- Bel ve çevresinde ağrı hissetme,
- ksürme, hapşırma gibi durumlarda ağrıda artış,
- Belde eğrilik,
- Adalelerde kasılma,
- Ayak ve bacak reflekslerinde azalma hissi.

Uzun süre ayakta çalışmaya bağlı olarak varis oluşabilir. Bacaklarınızda ağrı, şişlik, uyuşukluk ve morluk varisin belirtileri arasındadır.



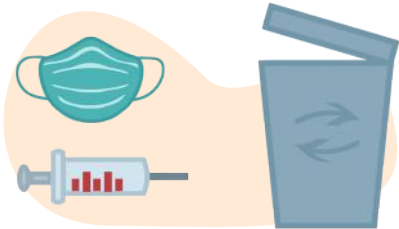
Önemli!

Hastalıkların belirtileri birbirine benzerdir. Kesin teşhis için bir doktora başvurmanızı ve yaptığınız işle ilgili detaylı bilgi vermenizi öneririz.



Sağlık alışanıyım:
Doğru alışma yöntemi nedir?
Enfeksiyon Kaynaklı Sorunlara
zmler:

Sağlık kontrolleriniz yapılmalıdır. Çalışma ortamının temizliği ve havalandırılması önemlidir. Evsel atıklar ve tıbbi atıklar ayrı poşetlerde toplanmalıdır. Tıbbi atıkları toplayan personele koruyucu kişisel ekipmanlar verilmelidir. Çalışanların herhangi bir bakteri ya da virüse maruz kalma durumları olduğu zaman kişisel koruyucular kullanmaları gerekir.



Giyilen kıyafetler su geçirmemelidir. Cerrahi maskeler ve gözlükler sıçrama, bulaşma ve soluma ihtimaline karşı kullanılmalıdır. Maskelerin tek kullanımlık olması şarttır.

Kişisel maruziyeti azaltmak için el yıkama, ortam temizliği ve kişisel hijyene özen gösterilmelidir.

Kişisel temizlik ve koruyucu malzeme kullanımı konusunda eğitim verilmelidir.



Kimyasal Kaynaklı Sorunlara Çözümler:

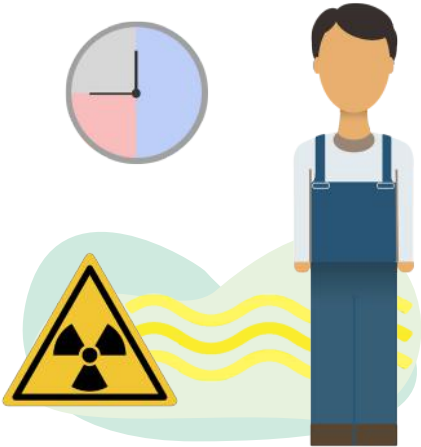
Gerekli havalandırma önlemleri alınarak kimyasal maddeye maruziyetiniz azaltılmalıdır. Kimyasal maddelere direk temas etmenizi engelleyecek koruyucu ekipmanlar sağlanmalıdır. Eldiven kullanmadan kimyasal maddelere asla temas etmemelisiniz. Glutaralaldehit adlı dezenfektan yerine parasetik asitin kullanılması önerilmektedir.

Anestezik maddelere maruziyeti en aza indirmek için;

- Çalışma ortamında periyodik ölçümler yapılmalı,
- Havalandırma sistemi etkin bir şekilde çalışmalı,
- Çalışanlara idrar testleri yapılarak anestezik maddeye maruziyetleri kontrol altında tutulmalıdır.

Radyasyona Maruziyet Kaynaklı Sorunlara Çözümler:

Radyasyona kişisel maruziyetiniz ölçülmelidir. Radyasyon kaynağının yakınında geçirdiğiniz zaman azaltılmalıdır.



Toza Maruziyet Kaynaklı Sorunlara Çözümler:

Pudralı eldiven kullanımından kaçınılmalıdır. Lateks eldiven kullanılmadan önce yağ bazlı krem sürülmemelidir. Protein düzeyi azaltılmış lateks eldiven kullanılmalıdır. Bu bilgi, eldiven ambalajında belirtilmektedir.



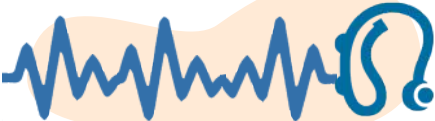


Gürültü Kaynaklı Sorunlara Çözümler:

Periyodik muayenelerle işitme kaybınızın olup olmadığı kontrol altında tutulmalıdır.

Sorun oluşturacak yükseklikteki seslere uzun süreli maruziyet engellenmelidir.

Koruyucu ekipman olarak kulak koruyucu kullanmalısınız.



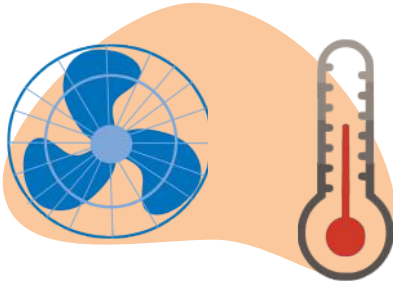
Önemli!

İşiniz her ne olursa olsun, iş sırasında sık sık mola vermek ve çalışma saatlerinin uzun sürelerle 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 aradaysanız günlük en fazla 8, haftalık 40 saat çalıştırılabilirsiniz. Fazla mesaiye kalmanız ise yasalara aykırıdır. Bu yasak, gece çalışanlar ve hamileler için de geçerlidir. Vardiyalı çalışma ve gece nöbetleri fiziksel bitkinlik, kronik yorgunluk, uyku düzensizliği gibi sonuçlara sebep olmaktadır. Buna bağlı olarak sağlık çalışanlarında çaresizlik ve keyifsizlik gibi psikolojik sıkıntılar ortaya çıkabilmektedir.

Sıcaklık Kaynaklı Sorunlara Çözümler:

Yüksek sıcaklık kaynaklı sorunlara önlem olarak ısı ve nemi kontrol altına alacak havalandırma sistemi olmalıdır.

Düzenli sağlık kontrolleri gereklidir. Bu kontroller sırasında oksijen alım kapasitesine ve kapasitede değişiklik olup olmadığına dikkat edilmelidir. Uzun süre sıcak ortamda kalarak çalışmanız engellenmelidir.

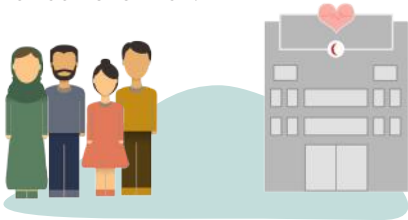


Çalışma Pozisyonu Kaynaklı Sorunlara Çözümler:

Hasta sayısı ve vaka yoğunluğunun göz önünde bulundurularak sağlık çalışanı sayısının düzenlenmesi gerekir. Böylece belli bir çalışanın üzerindeki iş yükü azaltılabilir.

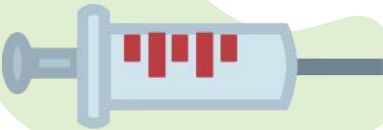
Kullandığınız makinelerin yerleştirilmesi ve çevresinin düzenlenmesi, rahat çalışabileceğiniz bir şekilde ayarlanmalıdır.

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



İş Kazaları

- İğne batması ve kesici, delici alet yaralanmaları kaynaklı kazalar yaşanmaktadır.
- Kaygan koridorlar sebebiyle düşme ve yaralanma gibi kazalar ortaya çıkmaktadır.
- Aletlerin kullanımı sırasında kazalar oluşmaktadır.
- Dar alanda hareket etme ve hızlı davranma gibi gereklilikler çarpmalara ve düşmelere sebep olabilmektedir.



İş Kazalarının Önlenmesi

- Sağlık çalışanlarının tıbbi atık, nükleer atık ve geri dönüştürülebilir atık sembollerini bilmeleri ve atığın türüne uygun tedbirler almaları gerekir.
- Kişisel koruyucuların kullanılması gereklidir. Bu koruyucular sıcağa ve soğuğa dayanıklı olmalıdır.
- Makinelerin bakım ve onarım işlemleri düzenli bir şekilde yapılmalıdır.
- Çalışma ortamının temizliği sağlanmalı; ıslak ve kaygan zeminler kurutulmalıdır.
- İş kazası risklerini azaltmak için eğitim verilmesi şarttır.
- Çalışma ortamının geniş ve çalışmaya elverişli olacak şekilde düzenlenmesi önemlidir.

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.

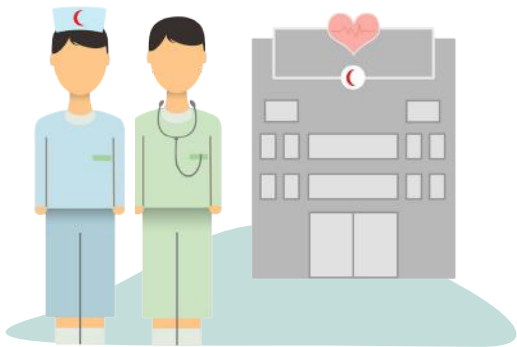


İş kazası geçirmeniz durumunda işveren kazayı işyerinin bulunduğu yerdeki emniyet birimlerine ve sağlık kurumlarına bildirmekle yükümlüdür. Kazanın gerçekleştiği tarihten itibaren 3 gün içerisinde Sosyal Güvenlik Kurumuna bildirmelidir. İş kazasının gerçekleştiğini gösteren belgelerle birlikte siz de 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 maddi/ manevi tazminat davası açabilirsiniz.







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