

Bulaşıcı Hastalıklardan Korunma

NEDEN ÖNEMLİDİR

Bulaşıcı hastalıklar iş yerinde önemli bir tehlike olmaya devam ediyor. ABD'de her yıl tahminen 135.000 işçi mesleki hastalıklardan hayatını kaybetmektedir (AFL-CIO). 2024'te işverenler 30.000 solunum yolu hastalığı vakası bildirmiştir (OSHA). DSÖ, uygun el hijyeninin enfeksiyon yayılmasını %50'ye kadar azalttığını tahmin etmektedir. OSHA'nın Genel Yükümlülük Maddesi ve Kan Yoluyla Bulaşan Patojenler standardı (29 CFR 1910.1030) biyolojik tehlikelere karşı koruma gerektirir.

135K

Yıllık tahmini mesleki hastalık ölümleri (AFL-CIO)

30K

2024'te bildirilen solunum yolu hastalığı vakaları (OSHA)

%50

Uygun el hijyeni ile enfeksiyon azalması (DSÖ)

Hastalık Önleme İçin 5 Kural

Her işçi enfeksiyon riskini azaltmak için bu kurallara uymalıdır:

- ELLERİNİZİ SIK SIK YIKAYIN**
Sabun ve su ile 20 saniye — lavabo yoksa alkol bazlı el dezenfektanı kullanın.
- HASTAYKEN EVDE KALIN**
Ateş, öksürük, kusma veya ishal = işe gelmeyin. Amirinize haber verin.
- GEREKLİ KKD'Yİ KULLANIN**
Vücut sıvılarıyla temas veya yüksek riskli alanlarda eldiven, maske, yüz siperi ve önlük.
- ÖKSÜRÜK VE HAPŞIRIKLARI KAPATIN**
Dirseğinizi veya mendil kullanın — elinizi değil. Mendilleri hemen atın ve ellerinizi yıkayın.
- YÜZEYLERİ TEMİZ TUTUN**
Paylaşılan alet, ekipman, dinlenme alanları ve sık dokunulan yüzeyleri düzenli dezenfekte edin.

Başlamadan Önce — Kontrol Listesi

- İstasyonunuzda sabun veya dezenfektan var mı?
- Bugün kendinizi sağlıklı ve belirtisiz hissediyor musunuz?
- Biyolojik tehlikeler için gerekli KKD'niz var mı?
- Paylaşılan alet ve yüzeyler düzenli dezenfekte ediliyor mu?
- Şirketin hastalık izni politikasını biliyor musunuz?
- İlk yardım çantalarında eldiven ve dezenfektan var mı?

İş Yerinde Enfeksiyonlar Nasıl Yayılır

Doğrudan Temas: Enfekte bir kişiye veya vücut sıvılarına dokunma — kan, tükürük, mukus, kusmuk.

Damlacık Yayılımı: Öksürme, hapşırma veya konuşma 2 m'ye kadar damlacık gönderir — maske bunu büyük ölçüde azaltır.

Hava Yoluyla: Küçük parçacıklar havada asılı kalır (TB, kızamık, COVID) — havalandırma kritiktir.

Yüzey Teması: Virüsler yüzeylerde saatlerce veya günlerce yaşar — kapı kolları, aletler ve paylaşılan eşyaları dezenfekte edin.

Kontamine Gıda: Yıkanmamış ellerle yiyecek hazırlamak veya dokunmak hastalığı hızla yayar — özellikle yemekhanelerde.

Hayvan/Böcek İsrığı: Açık hava çalışanları kene, sivrisinek kaynaklı hastalıklar ve hayvan ısırıkları riski taşır.

Hastalık Yayan Yaygın Hatalar

- ✗ Hasta iken işe gelmek — "dayanırım" tüm ekibinizi enfekte eder
- ✗ "Kirli bir şeye dokunmadım" diye el yıkamayı atlamak
- ✗ Su şişesi, yiyecek veya kişisel eşya paylaşmak — görünmez mikroplar kolayca geçer
- ✗ Paylaşılan alet ve ekipmanları kullanıcılar arasında dezenfekte etmemek

Hatırlanacak Güvenlik İpuçları

- ✓ 20 saniye el yıkama = mevcut en etkili enfeksiyon önleme aracı
- ✓ Kendinizi hasta hissediyorsanız evde kalın — birinin "zor günü" tüm sahada salgına dönebilir
- ✓ Paylaşılan yüzeyleri ve aletleri vardiya başında, aralardan sonra ve gün sonunda dezenfekte edin
- ✓ Aşılarınızı güncel tutun — grip, COVID, tetanoz ve çalışma ortamınız için gerekli olanlar

Ekibiniz İçin Tartışma Soruları

1. Sahamızdaki en yakın el yıkama istasyonu veya dezenfektan nerede?
2. Hasta olunca evde kalma politikamız nedir?
3. Paylaşılan aletleri ve dinlenme alanlarını düzenli dezenfekte ediyor muyuz?
4. Biyolojik tehlike maruziyeti için hangi KKD'nin gerekli olduğunu biliyor musunuz?
5. Bu çalışma ortamı için aşılarınız güncel mi?

İŞBAŞI KONUŞMASI İMZA

Tarih: _____

Süpervizör: _____

Proje: _____

Konum: _____

Katılım listesi eklendi: [] Evet