

Madde Bağımlılığı Farkındalığı

NEDEN ÖNEMLİDİR

İş yerinde aşırı doz ölümleri 2011'den bu yana %460'ın üzerinde artmış olup 2024'te 411 ölüm gerçekleşmiştir (BLS). Etkisi altında işe gelen çalışanların iş kazası geçirme olasılığı 3,6 kat daha fazladır (OSHA). İnşaat sektörü tüm sektörler arasında %16,5 ile en yüksek ikinci aşırı alkol kullanım oranına sahiptir. Madde bağımlılığı sahada herkesi riske atar — sadece etkilenen işçiyi değil.

411

2024'te iş yerinde aşırı doz ölümleri (BLS)

3,6x

Etki altındayken kaza olasılığı (OSHA)

%460

2011'den bu yana iş yerinde aşırı doz ölümlerindeki artış

Madde İçermeyen İş Yeri İçin 5 Kural

Her işçi sahayı güvende tutmak için bu kurallara uymalıdır:

- SAHADA SIFIR TOLERANS**
Alkol, yasadışı uyuşturucu veya izinsiz madde yok — istisna yok, mazeret yok.
- SARSKINLIĞI HEMEN BİLDİRİN**
Bir iş arkadaşınız etki altında görünüyorsa bildirin — onun ve diğerlerinin hayatını kurtarabilirsiniz.
- İLAÇLARINIZI BİLİN**
Reçeteli ilaçlar etkileyebilir — amirinize bildirin ve uyarı etiketlerini okuyun.
- MEVCUT KAYNAKLARI KULLANIN**
Çalışan Destek Programları (ÇDP) gizlidir. Yardım istemek güç işarettir.
- ASLA BİRİNİ ÖRTBAS ETMEYİN**
Etki altındaki bir iş arkadaşını örtbas etmek herkesi tehlikeye atar — konuşun, ortak olmayın.

Başlamadan Önce — Kontrol Listesi

- Görev için hazır mısınız — etkiden arınık mı?
- Şirketin madde kullanım politikasını biliyor musunuz?
- Reçeteli ilaçlarınızı amirinize bildirdiniz mi?
- ÇDP'ye nasıl erişeceğinizi biliyor musunuz?
- Bir iş arkadaşında sarhoşluk belirtilerini tanır mısınız?
- Bildirme prosedürünü biliyor musunuz?

Sarhoşluk Belirtilerini Tanıma

Fiziksel Belirtiler: Kanlı gözler, peltek konuşma, dengesiz yürüyüş, titreme, olağandışı uyuşukluk veya aşırı hareketlilik.

Davranışsal Belirtiler: Düzensiz davranış, zayıf muhakeme, ruh hali değişimleri, devamsızlık, düşen performans.

Koku: Nefes, giysi veya kişisel eşyalarda alkol veya esrar kokusu.

Reçete Riskleri: Opioidler, sakinleştiriciler ve bazı antihistaminikler tepki süresini ve muhakemeyi bozar.

Yorgunluk vs. Sarhoşluk: Şiddetli yorgunluk sarhoşluğu taklit eder — ikisi de tehlikelidir. İkisi de görmezden gelinmemeli.

Aşırı Doz Belirtileri: Tepkisizlik, yüzeysel solunum, mavi dudaklar — 112'yi arayın ve varsa nalokson uygulayın.

Hayatları Riske Atan Yaygın Hatalar

- ✗ "Dün gece sadece birkaç bira içtim" — alkol etkisi bir sonraki vardiyaya kadar sürebilir
- ✗ Reçeteli ilaç yan etkilerini gizlemek — etkilenme sebebi ne olursa olsun etkilenmedir
- ✗ Etki altındaki bir iş arkadaşını örtbas etmek — sadakat herkesin güvenliğinin önüne geçmez
- ✗ "Benim işim değil" diye belirtileri görmezden gelmek — iş yerinde herkesin güvenliği SİZİN işinizdir

Hatırlanacak Güvenlik İpuçları

- ✓ Göreve hazır %100 uyanık demektir — değilseniz, biri yaralanmadan önce söyleyin
- ✓ ÇDP gizlidir — kullanın. Yardım istemek kariyerinizi korur, tersi değil
- ✓ Sarhoşluğu herhangi bir güvenlik tehlikesi gibi bildirin — hayat kurtarır
- ✓ Sahada nalokson bulundurun ve nasıl kullanılacağını bilin — aşırı doz müdahalesi iş yeri becerisidir

Ekibiniz İçin Tartışma Soruları

1. Çalışan Destek Programımıza nasıl erişeceğinizi biliyor musunuz?
2. Etki altında olduğundan şüphelendiğiniz birinin yanında çalıştınız mı? Ne yaptınız?
3. Güvenli çalışma kapasitenizi etkileyebilecek reçeteli ilaçlarınız var mı?
4. Madde kullanım politikamız nedir — ve hepimiz biliyor muyuz?
5. Sarhoşluğu bildirmekte rahat hisseder misiniz? Neden evet veya neden hayır?

İŞBAŞI KONUŞMASI İMZA

Tarih: _____

Süpervizör: _____

Proje: _____

Konum: _____

Katılım listesi eklendi: [] Evet