



**İŞÇİ SAĞLIĞI
ve
İŞ GÜVENLİĞİ
REHBERİ**

İÇİNDEKİLER

(d-is/1)

İŞÇİ SAĞLIĞI VE İŞ GÜVENLİĞİ

Tanımı

Amacı

- 1. Çalışanları Korumak**
- 2. Üretim Güvenliğini Sağlamak**
- 3. İşletme Güvenliğini Sağlamak**

İŞ YERLERİNDE SAĞLIK HİZMETLERİ

Tanımı

Amacı

MESLEK HASTALIKLARI

Tanımı

Nedenleri

İŞ KAZALARI

Tanımı

Nedenleri

Tehlikeli Çalışma Koşulları

Güvenliği Sağlayacak Genel Davranışlar

Kişisel İş Güvenliği Malzemeleri

Taşıma ve Elle Kaldırma

Yükleme ve Nakil Araçları

Kompresör ve Basınçlı Hava

El Aletleri

Bakım ve Onarım İşleri

Makina Koruyucuları Yönetmeliği

Tezgah Kullanımı

İLK YARDIM



Tanımı
Amacı
İlk Yardımın On Başarı Anahtarı
İlk Yardım Çantası Malzemeleri

İŞÇİ SAĞLIĞI VE İŞ GÜVENLİĞİ

Tanımı

İşyerlerinde işin yürütülmesi sırasında, çeşitli nedenlerden kaynaklanan sağlığa zarar verebilecek koşullardan korunmak amacıyla yapılan sistemli ve bilimsel çalışmalardır.

Amacı

1. Çalışanları Korumak

İş sağlığı ve iş güvenliği çalışmalarının ana amacını oluşturur. Çalışanları işyerinin olumsuz etkilerinden korumak, rahat ve güvenli bir ortamda çalışmalarını sağlamak, başka bir ifade ile çalışanları iş kazaları ve meslek hastalıklarına karşı koruyarak ruh ve beden bütünlüklerinin sağlanması amaçlanmaktadır.

2. Üretim Güvenliğini Sağlamak

Bir iş yerinde üretim güvenliğinin sağlanması beraberinde verimin artması sonucunu doğuracağından özellikle ekonomik açıdan önemlidir. İşyerinde çalışan işçilerin korunmasıyla meslek hastalıkları ve iş kazaları sonucu ortaya çıkan iş gücü ve iş günü kayıpları azalacak, dolayısı ile üretim korunacak ve daha sağlıklı ve güvenli çalışma ortamının işçiye verdiği güvenle iş veriminde artma olacaktır.

3. İşletme Güvenliğini Sağlamak

İşyerinde alınacak tedbirler ile, iş kazalarından veya güvensiz ve sağlıksız çalışma ortamından dolayı doğabilecek makina arızaları ve devre dışı kalmaları, patlama olayları, yangın gibi işletmeyi tehlikeye düşürebilecek durumlar ortadan kaldırılacağından işletme güvenliği sağlanmış olur.

İŞYERLERİNDE SAĞLIK HİZMETLERİ

Tanımı



İşyerlerinde uygulanan koruyucu hekimlik, İş Hekimliği adını alır. Amacı, İşçi Sağlığının gereklerini yerine getirmektir. İşçi sağlığı, her meslekte çalışanların fiziksel, ruhsal ve sosyal iyilik hallerini en yüksek düzeye getirmek ve bu düzeyi sürdürmek, sağlıklarına gelebilecek zararları önlemek, işçiyi fizyolojik ve psikolojik yeteneklerine uygun işlere yerleştirmek ve böylece işi insana ve insanı işine adapte etmeyi amaçlayan bir tıp dalıdır.

Amacı

- a) Çalışanlara en yüksek sağlık kapasitesi sağlamak,
- b) Çalışma koşullarının olumsuz etkilerinden onları korumak,
- c) İş ve işçi arasında mümkün olan en iyi uyumu sağlamak,

MESLEK HASTALIKLARI

Tanımı

Meslek hastalığı, sigortalının çalıştığı işin niteliğine göre tekrarlanan bir nedenle veya işin yürütüm şartları yüzünden uğradığı geçici veya sürekli hastalık, sakatlık veya ruhi arıza halleridir.

Nedenleri

Meslek Hastalıkları aşağıda belirtilen 5 grupta toplanmıştır.

1. Kimyasal maddeden olanlar,
2. Mesleki deri hastalıkları,
3. Pnömonyozlar ve diğer meslek solunum sistemi hastalıkları,
4. Mesleki bulaşıcı hastalıklar,
5. Fiziki etkenlerle olan meslek hastalıkları

İŞ KAZALARI

Tanımı



İş kazası, aşağıdaki hal ve durumlardan birinde meydana gelen ve sigortalıyı hemen veya sonradan bedence veya ruhca arızaya uğratan olaydır.

- a) Sigortalının işyerinde bulunduğu sırada,
- b) İşveren tarafından yürütülmekte olan iş dolayısıyla,
- c) Sigortalının işveren tarafından görev ile başka bir yere gönderilmesi yüzünden asıl işini yapmaksızın geçen zamanlarda,
- d) Emzikli kadın sigortalının çocuğuna süt vermek için ayrılan zamanlarda,
- e) Sigortalıların, işverence sağlanan bir taşıtla işin yapıldığı yere toplu olarak götürülüp getirilmesi sırasında,

Nedenleri

İş kazalarının oluşumunda çeşitli faktörler rol oynar. Her kazada bu faktörler aranmalı ve kazaya neden olma derecesi dikkatle incelenmelidir. Bu nedenleri başlıca üç grupta toplamak mümkündür.

- a) Çevresel olaylar : Aydınlatma, ısı, nem, gürültü, makinalar, kaygan zemin, v.b.
- b) İnsana bağlı olanlar : Yorgunluk, acemilik, dikkatsizlik, ihmalkarlık, v.b.
- c) Eğitim yetersizliği

Bu faktörlerin iş kazalarına neden olmaması için, koruma önlemlerinin belirlenmesinde, her kazanın nedeni analiz edilmeli, gereken önlemler alınmalı, kazanın tekrarı ortadan kaldırılmalıdır. Ayrıca kaza nedenleri önceden araştırılmalı, denetlenmeli ve gerekli önlemler alınmalıdır.

Tehlikeli Çalışma Koşulları

1. Makina ve Tesislerde koruyucuların bulunmaması,
2. Mevcut koruyucuların makina üzerinde bulunmaması,
3. Hatalı makina, araç gereçlerin bulunması,
4. Bakım ve onarımın yeterli ve zamanında yapılmaması,
5. Makina donanım ve tesislerin güvensiz olarak tertip ve tanzimi, işletme usulü ve çalışma metodları,
6. Yeterli aydınlatma ve havalandırmanın olmaması,
7. Kişisel iş güvenliği malzemelerinin çalışanlara verilmemesi veya uygun koruyucu malzemelerin seçilmemesi,

Güvenliği Sağlayacak Genel Davranışlar

1. Kendi, çalışma arkadaşlarının ve işyerinin güvenliği için kurallara uyun,
2. Görevin-işin neyi gerektiriyor ise onu yap. Bir başkasına karışma, karıştıрма,

3. Hiç kimse, sorumludan habersiz nöbet veya vardiyasını değiştiremez, bir başkasının yerine çalışamaz,
4. Yerleri kaygan duruma geçecek şekilde kirletme, kirlettirme, kaygan yere basma,
5. Çıkış kapılarını ve yerlerini serbest bırak, geçişi engelleme,
6. Gerek görev ve iş yerleri dahilinde gerekse dışındaki yollarda trafik kurallarına uyun.
7. Yol, geçit ve koridorlarda daima sağdan yürü, iş yerlerinde, bina içlerindeki geçit ve yolları kapamak, trafiği aksatmak yasaktır,
8. Görev ve iş yerlerindeki uyarı-işaret levhalarına uy, yerlerini değiştirme,
9. İlgililerden başkasının giremeyeceği bölge ve yerlere girme,
10. Yapacağın işe göre, kesinlikle koruyucu malzeme ve donanımı kullan. Koruyucu malzeme ve donanım kullanmadan iş yapmak yasaktır.
11. Ellerini veya kirlenmiş deri kısımlarını parlayıcı maddelerle (Benzin-benzol-gaz yağı v.s.) temizleme, fazla miktarda yağlanan veya iş gereği parlayıcı maddelerle kirlenmiş elbise ile iş yerinde dolaşma ve çalışma,
12. İşlem artığı parçaların yerlere dökülmesine engel olun,
13. Çalışma yeri temiz ve düzenli olmalı. Her türlü malzeme, anahtar, civata, bez parçaları, eldivenler vs. kendine ait yerde olmalı, engel ve tehlike yaratacak şekilde bırakılmamalıdır,
14. Dağınık, uzun saçlarla, yırtık ve bol elbise ile, yüzük, bilezik, bol kayışlı saat ile çalışmak tehlikelidir,
15. Kullandığımız alet, makina vb ekipman üzerindeki kullanma ve uyarı talimatlarına uyun,

Kişisel İş Güvenliği Malzemeleri

1. Baret ; içinde bir ayar kayışı, file veya bantlar bulunan ve başı darbelere karşı koruyan sert başlık,
2. Koruyucu gözlük ; kullanan kimsenin her durumda ve işin özelliğine göre gözlerini korumak üzere yapılmış değişik tipteki gözlükler,
3. Yüz siperi ; ayarlı bir bantla başa tespit edilebilen, mafsallı şekilde indirilip kaldırılabilen ve yüzü kısmen veya tamamen dış etkilere karşı koruyan saydam yüz siperi,
4. Başlık ; işçilerin başlarına giydikleri ve gözlerini, yüzlerini, boyunlarını koruyan araç,
5. Siper ; el ile tutulan veya işçinin müdahalesi olmadan lüzumlu bir yere tespit edilerek gözleri ve yüzü koruyan saydam siper,
6. Fitreli toz maskesi ; yüze takılan ve kullanan kimseye, çevresindeki tozlu havayı bir filtreden geçirerek veren maske,
7. Süzgeçli gaz maskesi ; havanın ihtiva ettiği zararlı gaz ve buharları süzmek üzere kimyasal maddeler ihtiva eden bir süzgeci bulunan maske,

8. Basınçlı temiz hava maskesi ; kullanan kimsenin başına takılan spiralli bir hortumla uygun bir sistemden alınan basınçlı havayı veren maske,
9. Hortumlu temiz hava maskesi ; kullananın yüzüne takılan ve ucundaki hortum vasıtası ile normal atmosfer basıncındaki temiz havanın solunmasını sağlayan maske,
10. Basınçlı oksijen solunum cihazı ; yüze takılan bir maskeye bağlı, oynak bir hortum vasıtası ile oksijen ihtiva eden uygun bir sistemle bağlantılı cihaz,
11. Basınçlı hava solunum cihazı; yüze takılan bir maske ile oynak bir hortum vasıtası ile basınçlı hava ihtiva eden tüpe bağlantılı cihaz,
12. Oksijen üretimi solunum cihazı; yüze takılan bir maske ile kimyasal bir yolla üretilen oksijenin solunumunu sağlayan cihaz,

Taşıma ve Elle Kaldırma

1. Yük-mal-malzeme kaldırmak için kullanılan vinçlerin, yük kaldırırken ve indirirken altında durmak ve geçmek kesinlikle yasaktır,
2. Yük vinçlerine, taşıma bandlarına, hareket halindeki vasıtalara binmek, inmek, çıkmak yasaktır,
3. Yük vinçlerini görevlendirilen personelden başkasının kullanması yasaktır,
4. Herhangibir yük el ile kaldırılırken bütün yük bacak kaslarına yüklenmeli, ellere ve bileklere fazla yük binmesi önlenmelidir. Belin öne eğilme açısını minimumda tutun,
5. Yağlı el ve eldivenle yük taşımayın,
6. Ağır yük taşırken dönmeniz gerektiğinde bunu bel hareketi ile değil, komple vücudu çevirerek yapın,
7. El arabalarını çekerek değil, iterek sürün,
8. Çapaklı ve sert malzemeleri taşırken eldiven kullanın,

Yükleme ve Nakil Araçları

1. Endüstriyel araçların azami hızı 20 km'yi geçmemeli,
2. Kaldırılan yükün ağırlığı azami kapasiteyi geçmemeli,
3. Kapalı yerlerde çalışırken havanın yeterli olmasına dikkat edin, çalışma bittiği an forklifti durdurun,
4. Mal-malzeme yüklerken bilhassa sağa-sola çarpacak veya görüşünü engelleyecek şekilde yükleme yapma,
5. Alınan yük nedeniyle önünüzü göremiyorsanız geri geri gidin,
6. Yüklenen mal-malzeme ve yükleri, kayma-yuvarlanma ve devrilmeye karşı takozlarla yahut halatlarla bağlayarak tesbit et. Bilhassa ağır ve yuvarlak yükleri vasıtaya dikkatli ve düzenli şekilde yükle,
7. Vasıta üzerindeyken yanınıza kesinlikle yolcu almayın,

8. Yükünüz varken kesinlikle ani duruş ve kalkış, ani dönüş yapmayın. Çevreniz için tehlikelidir,
9. Yükleme ve boşaltma yaparken çatallar altında ve yakınında kimsenin olmamasına dikkat edin,
10. Kolunuzu, bacağınızı ve başınızı şoför mahalinden dışarı çıkarmayın,
11. Forklift çatalı yukarıda iken hareket etmeyin,
12. Yetkisi olmayan hiçkimse forklift kullanamaz.

Kompresör ve Basınçlı Hava

1. Basınçlı hava ile temizlik yaparken kesinlikle gözlük kullanın,
2. Tozun ve talaşın vs. basınçlı hava ile temizlenmesi esnasında etrafta başka kimselerin olmamasına dikkat edin. Çalışma nedeniyle başka kimse varsa basınçlı havayı o yöne tutmayın,
3. Kompresörlere ait otomatik ayarlarını (presostatlar) yetkiliye danışmadan değiştirme,
4. Basınçlı hava ile elbise ve vücudunu temizleme,
5. Kompresörleri tehlike anında uzaktan uzaktan durdurma noktasından durdur,

El Aletleri

1. Sapları kırılmış, deforme olmuş, kopmuş çekiç, ege vb. aletleri kullanmayın. Bunların bozulan veya çapaklanan başlarını taşlama veya eğeleme ile düzeltin,
2. El aletlerinin su verme veya bilenmesi ile basım ve onarım işlerini görevli arkadaşlarına bırak ve bunların sivri veya keskin uçlarını kullanılmadıkları zaman uygun şekilde koruyun,
3. Çizecek pergel, tornavida gibi sivri uçlu aletleri cepte taşımayın,
4. El aletlerini daima yerlerinde bulundurun. Yerlerde, merdivenlerde, geçitlerde veya çalışanların geçit olarak yararlanabileceği yerlerde bulundurmayın,
5. El aletlerini manivela gibi kullanmayın,
6. Bir aletin gücünü arttırmak için ikinci bir alet kullanmayın,
7. Aletleri kullanırken ellerinizin yağlı olmamasına dikkat edin,
8. Ege ve törpülerin saplarının sağlam olmasına dikkat edin. Bu aletleri sapsız kullanmayın. Ege ve törpüleri sandık açma, çivi sökme ve ser bir cisme vurma işlerinde kullanmayın,
9. Kriko ile yükü kaldırdıktan sonra uygun takozla besleyin. Takozla beslemedikçe bu yüklerin altında veya üstünde çalışmayın. Yükü indirirken gerekli tedbirleri alın,

Bakım ve Onarım İşleri

İşletmede tehlike yaratacak etkenler şunlardır :

- Basınçlı hava ve yağ,



- Kızgın ve basınçlı buhar,
- Kimyasallar,
- Yanıcı, parlayıcı ve patlayıcı gazlar,
- Şebeke gerilimi,
- Solunuma zararlı ortamlar,
- Açıkta çalışan hareketli makina parçaları,
- Malzeme hareketi ve kaldırma - taşıma araçları faaliyeti,

Bir bakımcı iş kolu ve görev itibariyle bu etkilerin birine veya birkaçına maruz kalabilir. Bu sebeple bakımcılar en azından fabrikanın hangi noktasında ve hangi sistemde, bu etkilerden hangilerinin mevcut olduğunu bilmek ve yapacağı hareketlerle ilgili talimatlara uymak zorundadır.

1. Binada, inşaatta, makinada, tesisatta, alette ve edavatta göreceğin eksik yada tehlikeli durumu yetkiliye veya bakım - onarım bölümüne bildirin,
2. Bakım - onarım işlerinin yapılabilmesi için gereken değişiklik ve önlemleri yetkiliye bildirin,
3. Bakım - onarım işlerini uygun aydınlatmada yapın,
4. Bakım - onarım işlemleri esnasında çevredekileri uyuracak önlemleri mutlaka alın,
5. Bakım - onarım esnasında iş güvenliği malzemelerini mutlaka kullanın. Gerekliyse yanınızda bir gözlemci bulundurun,
6. Tehlikeli maddelerin geçtiği borularda, bulunduğu kaplarda gerekli önlemleri almadan çalışmaya başlamayın,
7. Basınçlı kazanların ve kapların onarımını kaplar basınç altında iken yapmayın,
8. Bakım - onarım esnasında kullandığınız seyyar elektrikli aletlerin kordon ve fişlerinin mükemmel olmasına dikkat edin,
9. Bakım - onarım için sökülmüş olan koruyucu, siperlik ve korkulukları tamirat sonunda mutlaka yerine takın. Çalışma yerinizi arkanızdan gelen arkadaşlarınızın güvenliği için doğru şekilde bırakın,
10. Bakım - onarımda çalışanlar her atölye ve bölümde çalışma yapabileceğinden, bu atölyelere yönelik belirlenmiş iş güvenliği maddelerinden sorumludur.

Makina Koruyucuları Yönetmeliği

1. Yönetmelikte geçen :

“**Makina**” deyimi ; bir tür enerjiyi başka tür enerjiye çevirerek veya insan gücü ile belirli işler yapan çeşitli kısımlardan meydana gelmiş araçları,

“**Koruyucu**” deyimi ; makinaların transmisyona düzenlerinde hareketli parçalarında ve operasyon noktalarında kullanılan koruma düzeni ile güvenli olmayan durumlarda kullanılacak durdurma sisteminin tümünü,

“**Transmisyona düzeni**” deyimi, güç aktaran miller, volanları, kasnakları, kayışları, kaplinleri muyluları, bilyeleri, krankları, kavramaları, dişli düzenleri, zincir ve dişlisi gibi elemanları,

“**Hareketli parçalar**” deyimi; makina ve tezgahlarda güç aktarmayan ancak hareket eden (örneğin planyaların kalem tespit başlıkları, besleme merdaneleri, vargel tablaları vb. gibi) elemanları,

“**Operasyon noktaları**” deyimi, makina ve tezgahta talaş kaldıran, şekillendiren delen, ezen, kesen veya başka şekilde işlem yapan kısım ile iş alıp verirken tehlikeli olan bölgeleri,

“**Durdurma düzeni**” deyimi, konveyör kayışlarının yanlarında bulunan güvenlik halatları, koruyuculara kilitleri, imdat düğme ve frenleri, asansör paraşütleri gibi güvenli olmayan durumlarda sistemi durdurmayı sağlayan düzenekleri belirtir.

2. Koruyucular, operatör ile makina ve tezgahta görevli diğer personeli kaza, iş kazaları ve meslek hastalıklarına karşı koruyacak, parça sıçraması, gaz, toz intişari gibi durumları da önleyecek nitelik ve biçimde olacaktır. Koruyucular, tezgahla doğrudan ilgisi olmamakla birlikte tezgah veya makina çevresinde bulunanların da hareket eden kısımlarla temasını önleyecektir.
3. Koruyucuların tasarımı ve tezgah üzerinde tesbiti tezgahta çalışanların engellemeyecek, üretimi aksatmayacak ve kaliteyi bozmayacak biçimde olacaktır.
4. Koruyucular amaca uygun, kullanılması kolay, sağlam ve dayanıklı olacak, gerektiğinde çıkarılmadan bakımı yapılabilecek şekilde olacaktır.
5. Pres giyotin ve benzeri tezgahlarda koruyucu aralığı ile operasyon noktasına olan uzaklıklar aşağıda verilmiştir.

Koruyucu aralığı (en çok mm)	Koruyucunun operasyon noktasından uzaklığı (mm)
6	0-30
10	38-53
13	53-78
16	78-130



20	130-155
22	155-180
32	180-206

Bu ölçüler esas olmakla birlikte, çalışan elini düz olarak tezgah tablası üzerinde hareket ettirdiğinde, koruyucu aralığından geçen parmak uçları operasyon noktasına ulaşamayacaktır.

Tezgah Kullanımı

1. Her tezgahın etkili ve uygun muhafazası vardır. Tezgahlar çalışırken bunların yerinde olduğundan emin olun,
2. Size öğretilmeyen ve görev verilmeyen tezgahları kullanmayın,
3. Tezgahlara yaslanmayın,
4. Tezgahınızı terkedeceğiniz zaman mutlaka durdurun ve hareket halindeki parçaların durduğundan emin olun,
5. Çalışan bir tezgahı, kesinlikle yağlamaya kalkışmayın,
6. Tezgah çalışırken gereksiz konuşmalar yapmayın, işinizle ilgilenin,

İLK YARDIM

Tanım

İlk yardım, herhangi bir nedenle tehlikeli duruma girmiş olan bir kişiye durumunun daha kötüye gitmesini önlemek üzere yapılan tıbbi müdahalelerdir.

İlk yardımcının zorunluluğu tıbbi yardım yetişinceye kadar devam eder.

Amaç

- 1) Yardıma muhtaç vak'anın özelliklerinin tanınması,
- 2) Yapılacak müdahalenin mevcut şartlar ve imkanlarla en uygun bir şekilde tatbiki,
- 3) Kazaya uğrayan kişinin bir zarara uğratılmadan taşınmasının teminidir.

İyi bir ilk yardımcı olabilmek için en az 18-20 saatlik bir ders programının izlenmesi gereklidir. Özellikle endüstride, iş kazalarının büyük sayılara ulaştığı işyerlerinde, hemen her vardiya çalışanları arasında birkaç ilk yardımcının bulunması da önem kazanmaktadır.

İlk Yardımın On Başarı Anahtarı



1. Kazalının o andaki durumunun gereği olan ilk yardım uygulamasını, zaman geçirmeden, telaşa kapılmadan, sessizce yapınız,
2. Solunum durmuşsa hemen sun'i solunuma başlayınız,
3. Kalp atışları durmuşsa, hemen kapalı kalp masajına başlayınız,
4. Kanama varsa kontrol altına alınız,
5. Şok durumu varsa, şoka karşı önlemler alınız,
6. Çok şey yapmak amacı ile zaman kaybetmeyiniz. Olayı iyi tanımaya çalışınız,
7. Kazaluya güven verici sözler ve davranışlarla yaklaşınız,
8. Çevrenin de sakin olmasını sağlayınız,
9. Kazalüyü gereğinden çok soymayınız,
10. Eldeki imkanları en iyi biçimde kullanarak kazalının en yakın sağlık ünitesine taşınmasını veya hekimin çağırılmasını sağlayınız,

İlk Yardım Çantası Malzemesi

1. 5 adet 5 cm eninde sargı bezi,
2. 5 adet 7.5 cm eninde sargı bezi,
3. 5 adet 10 cm eninde sargı bezi,
4. 10 adet gazlı bez paketi,
5. 1 paket büyük top hidrofıl pamuk,
6. 2 kutu flaster (1 büyük, 1 küçük)
7. 4 adet üçgen sargı (80-100 cm'lik kare bezi üçgen yaparak kesiniz)

8. Bir şişe mersol veya tentürdiyot (150 cl)
9. Bir şişe oksijenli su veya rivanol (150 cl)
10. Bir şişe amonyak (50 cl)
11. İki tüp vazelin veya pamuk pomadı,
12. İki adet tesbit tahtası (50 cm boyunda, 8 cm genişliğinde, kalınlığı 0.5 cm)
13. Dört adet tesbit tahtası (8 cm boyunda, 2 cm genişliğinde, kalınlığı 0.5 cm)
14. Bir şişe alkol (250 cl)
15. Bir kutu aspirin,
16. 20 adet plastik buz torbası,
17. Bir orta boy makas,



18. İki adet lastik turnike,
19. 20 adet engelli ięne,
20. 2 tane termofor,
21. 2 tane termometre (derece, civalı)
22. Bir bloknot ve kurşun kalem