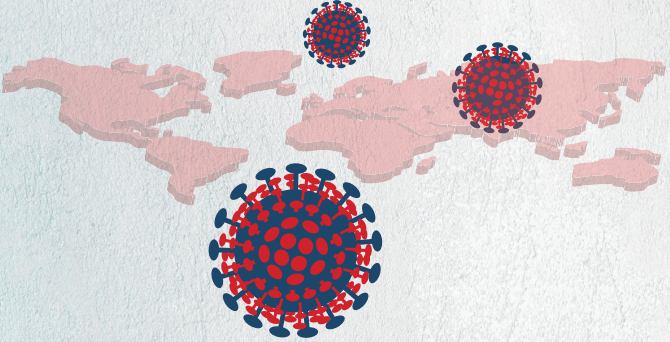




İSTANBUL
BÜYÜKŞEHİR
BELEDİYESİ

ÇALIŞAN SAĞLIĞI REHBERİ

KORONA VİRÜS **COVID-19**



SAĞLIK DAİRE BAŞKANLIĞI
İŞ SAĞLIĞI VE GÜVENLİĞİ MÜDÜRLÜĞÜ

“Çalışanlarımızın Sağlığı Önceliğimizdir”

Dünya Sağlık Örgütü, 2020 yılı Ocak ayında yeni bir koronavirüs hastalığının varlığına dikkat çekti ve hastalığı **COVID-19** olarak isimlendirdi.



Uzun süre tek ülkede sınırlı kalan hastalık oldukça yavaş yayılsa da, bugün 162 civarında ülkeden vaka bildirildi. Yapılan epidemiyolojik çalışmalar, temel bulaşmanın damlacık yoluyla gerçekleştiğini ancak temasla bulaşmanın da mümkün olduğunu gösterdi. Bugün, bir bulaştırıcı kaynağın 2,3 yeni hastaya yol açabildiği Çin'de dahi yeni vaka sayısı ve hastalığın ölümcüllüğü hızla düşmektedir. Ancak hastalık hakkında çeşitli yollardan topluma yayılan hatalı bilgiler toplumsal hayatı, bireylerin psikolojik durumlarını önemli düzeyde etkilemektedir. Alınacak önlemlerin planlanmasında ve uygulanmasında çeşitli risk gruplarında yer alan insanların doğru tanımlanması yararlı olacaktır.

Ayrıca kişisel koruyucu donanımın kullanılmasını önermek yetmemekte, gerekli alanlarda kullanılacak kişisel koruyucu donanımların verimli kullanılması yani "takılınca işe yarar olması", kullanım sonrasında kirli hale gelen yüzeylerinden sakınma, doğru yöntemlerle uzaklaştırma gibi önemli noktaların vurgulanması gerekmektedir. Salgın gibi olağanüstü durumların yönetiminde toplumun ve salgın kontrolü için çalışan sağlık personelinin önemli fiziksel yüklenmeleri de dikkate alınarak şeffaflıkla bilgilendirilmesi psikolojik yüklenmelerini azaltacaktır. Türkiye sınırlarından olası hastalık girişi nedeniyle iş sağlığı ve güvenliği bakış açısıyla risk düzeyleri üzerinden önlemleri değerlendirmek amacıyla rehber çalışma yapılmıştır.

- Yüksek Riskli Alanlarda Çalışanlar

Tanımlanmış COVID-19 hastaları, çıkartı veya biyolojik numuneleriyle temas eden çoğunlukla sağlık çalışanları.

Şüpheli vaka karantina oda/binaları, şüpheli vaka değerlendirme laboratuvarları, COVID-19 karantina oda/binaları.

İnsan giriş çıkışı kısıtlamaları ve yönetimi.

Girişte korunma prensiplerine uyulması, çıkışta el kişisel koruyucu donanımın çıkarılma prensiplerine, el hijyenine uyularak virüs taşınımının engellenmesi.

Sıklaştırılmış yüzey dezenfeksiyonu.

Negatif basınç alanlarının oluşturulması.

Laboratuvarlarda biyolojik tehlike kabinlerinin kullanılması.

Lineer akım modellemelerinin kullanılması.

Damlacık yayılımını ve havada tutunma süresini arttıracak hava akımlarının engellenmesi.

Tüm personelin COVID-19, korunma önlemleri, el hijyeni, kişisel koruyucu donanımın kullanılması, uygunluk testi ve çıkarılması konusunda eğitilmesi.

Personelin psikolojik ve fiziksel yüklenmelerini dikkate alan iş organizasyonu ve sağlık izleminin planlanması.

Tek kullanımlık giysiler kullanılması*.

Yüz siperleri veya maskenin kapladığı alan dışında gözleri ve yüzü kapatan geniş, kapalı gözlükler kullanılması*.

FFP3 maskelerin kullanılması*.

Steril olmayan eldiven kullanılması.

(*Salgın ve COVID-19 morbidite ve mortalite hızında değişim söz konusu olursa dışarıdan havalandırmalı pozitif basınçlı maske ve giysi kullanımı önerilebilir. Bugüne kadar elde edilen bilgiler çerçevesinde gerekli görülmemektedir.)

- Riskli Alanlarda Çalışanlar

Şüpheli COVID-19 hastalarıyla temas eden, etme olasılığı olan, işi gereği çok sayıda kişiyle karşılaşan sağlık çalışanları, topluma yönelik bakım hizmetleri yürütenler. (Hastaneler, acil servisler, poliklinikler, mülteci toplanma alanları vb.)

Sıklaştırılmış yüzey dezenfeksiyonu.

El hijyeni konusunda personel eğitimi, el hijyeni için gerekli sabun, akan su, mekan gibi olanakların sürekliliğinin sağlanması.

Tüm personelin COVID-19, korunma önlemleri, el hijyeni, kişisel koruyucu donanımın kullanılması, uygunluk testi ve çıkarılması konusunda eğitilmesi.

Olası COVID-19 semptomları gösteren personelin durumu hakkında bilgi aktarabileceği hızlı, sakınmasız yolların tanımlanması.

Personelin psikolojik ve fiziksel yüklenmelerini dikkate alan iş organizasyonu ve sağlık izleminin planlanması.

FFP2 veya FFP3 maskelerin kullanılması.

Steril olmayan eldiven kullanılması.

Hastaların, hizmet verilenlerin, özellikle öksürük, burun akıntısı yakınması olan kişilerin tek kullanımlık mendil kullanması konusunda eğitilmesi, öksürme ve hapşırma durumunda etrafa damlacık yayılmasına engel olacak biçimde kol dirsek iç yüzüyle perdeleme kullanılması konusunda eğitimi.



Hastaların, hizmet verilenlerin, öksürük ve hapşırma gibi yakınmaları olanların basit tip yüz maskeleri kullanarak çevrelerindeki kişilerin korunmasına yönelik önlem alabileceği konusunda eğitilmesi.

- Düşük Riskli Alanlarda Çalışanlar

Yüksek riskli veya riskli olarak tanımlanan alanlar dışında çalışanlar. (Toplum için önerilen önlemlere benzerdir.)

Yüzey dezenfeksiyonu.

El hijyeni konusunda personel eğitimi, el hijyeni için gerekli sabun, akan su, mekan gibi olanakların sürekliliğinin sağlanması.

Tüm personelin COVID-19, korunma önlemleri, el hijyeni konusunda eğitilmesi.

Olası COVID-19 semptomları gösteren personelin durumu hakkında bilgi aktarabileceği hızlı, sakınmasız yolların tanımlanması.

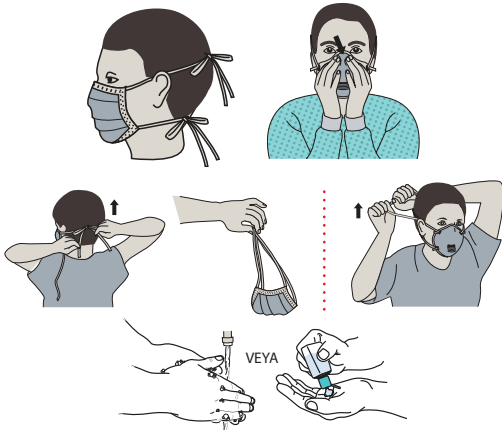
Personelin, özellikle öksürük, burun akıntısı yakınması olan kişilerin tek kullanımlık mendil kullanması konusunda eğitilmesi, öksürme ve hapşırma durumunda etrafa damlacık yayılmasına engel olacak biçimde kol dirsek iç yüzüyle perdeleme kullanılması yani öksürük görgü kuralları konusunda eğitimi.

Maske kullanılması gerekliliği tanımlanmamaktadır ancak semptom, öksürük ve hapşırma gibi yakınmaları olanların basit tip yüz maskeleri kullanarak çevrelerindeki kişilerin korunmasına yönelik önlem alabileceği bilinmelidir.

NOTLAR

1. Maske önerilen yüksek riskli ve riskli alanlarda çalışanlar için maskenin takılması, uygunluk testi, kullanımı, çıkarılması bilgisi (FFP1, FFP2, FFP3): Maskelerin doğru seçilmemesi ya da uygun kullanılmaması durumunda, korunuyorum düşüncesindeki personelin sakinmasının azalacağı, dolayısıyla riskinin artacağı unutulmamalıdır. Doğru seçilmeyen, yüze doğru takılmayan, uygun kullanılmayan ve çıkarılmayan maskenin koruyuculuğu tümüyle ortadan kalkabilmektedir.

- Maskenin sızdırmaması için yüzünüzde sakal bulunmamalıdır.
- Maskenize dokunmadan önce ellerinizi su ve sabunla yıkayın, maske kirli elle takılmaz, unutmayın.
- Maskenin çenenizin altına oturduğunu kontrol edin.
- Maskenin burun kısıcını uygun basınçla burun şeklinize uydurun.
- Maskenizin yüzünüze oturduğu alanlarda sızma olmadığını test edin.
- i. Derin bir nefes alın, yanaklarınızda sızmayı gösteren içeri yönlü hava akımı olmamalıdır.
- ii. Derin bir nefes verin, yanaklarınızda sızmayı gösteren dışarı yönlü hava akımı olmamalıdır.
- f. Kullanım sırasında kesinlikle elinizi eldivenli de olsa maskenin dış yüzüne sürmeyin, çünkü maskenin dış yüzü artık "kirli alan" statüsündedir.
- g. Maske çıkarıldığında elleriniz eldivenli olmalıdır. Maskenizi çıkartın, bir elinizin avucuna yerleştirin. Bu elinizi sıkarken eldiveni maskenin içinde kalacağı biçimde çıkartın. İçinde maske olan eldiven topağını eldivenli avucunuza koyun, topağın içinde kalacağı biçimde ikinci eldiveninizi çıkartın ve uygun bir çöpe atın.
- h. Ellerinizi özenle su ve sabunla yıkayın.



2. El hijyeni için alkollü ya da alkolsüz dezenfektan kullanımı el yıkamanın önüne geçmez. Ellerinizi sık yıkamalısınız. Ellerin temiz tutulması önceliklidir. Özenli yıkama için uygulanması gereken işlemlerle ilgili bilgiye birçok kaynaktan ulaşabilirsiniz. El yıkama sonrasında hava püskürten kurutma makinelerinin kullanılmaması gereklidir; ellerinizi tek kullanımlık kağıt havlu parçasıyla kurutun ve uygun bir çöpe atın. Hava püskürtme yoluyla el kurutulması durumunda, damlacıkların oluştuğu ve çevreye 2 metreden fazla yayıldığı unutulmamalıdır.

3. Ellerin sık yıkanması nedeniyle oluşabilecek deri zedelenmelerini önleyebilmek için güvenilir el hijyeni ürünlerinin sağlanması gereklidir. Birden çok kişide deri zedelenmesi belirtileri (ellerde kaşıntı ve kuruma, kabuklanma, çatlama gibi) görülüyorsa ürünlerin kullanımdan kaldırılması ve güvenli bir başka ürünün kullanıma alınması gereklidir. Mümkünse her yıkamadan sonra, en azından mesai sonrasında personelin nemlendirici krem kullanılması konusunda bilgilendirilmesi gereklidir.

4. İş yerlerinde psikososyal etkilenmeler önemli iş sağlığı konularındandır. Doğru planlanmamış afet müdahalelerinde görevli personelin kısa sürede verimsizleşeceği, bir süre sonra geçici fiziksel yetersizliğe, orta vadede çöküntüye uğrayacağı unutulmamalıdır. Çalışan personelin sürekliliğinin sağlanması için çalışma sırasında kısa dinlenme aralarının tanımlanması ve "zorunlu" kılınması, uzun dinlenme aralarının tanımlanması ve "zorunlu" kılınması gereklidir. Olağanüstü durumlarda artan endişe de dikkate alınarak, özellikle uzun sürelerle ve vardiyalı çalışması gereken personelin alt ve orta düzey yöneticiler tarafından psikolojik yüklenmeler açısından da değerlendirilmesi yolları tanımlanmalıdır.

İçerik hakkında daha ayrıntılı bilgiye ihtiyaç duyarsanız;

**İstanbul Büyükşehir Belediyesi
İş Sağlığı ve Güvenliği Müdürlüğü'nün**

0(212) 455 13 00 / 663543

numaralı telefonlarına başvurabilirsiniz.

**İş Sağlığı ve Güvenliği alanında
deneyimli personelimizle**

tüm çalışanlarımızın ve işverenlerimizin yanındayız.