

**EK-I**

**GEBE, YENİ DOĞUM YAPMIŞ VEYA EMZİREN ÇALIŞANIN SAĞLIK VE GÜVENLİĞİ İÇİN TEHLİKELİ SAYILAN FAKTÖRLERE YÖNELİK ALINACAK ÖNLEMLER**

**Genel önlemler**

a) Fiziksel ve zihinsel yorgunluk ile ilgili olarak; gebe veya emziren çalışanın çalışma saatleri ve ara dinlenmeleri geçici olarak yeniden düzenlenir, söz konusu çalışanların çalışma saatlerinin gece süresine ve gebe çalışanların çalışmalarının günün erken saatlerine rastlamaması için gereken önlemler alınır.

b) Duruş problemleri ile ilgili olarak; çalışma mahalli ve çalışma düzeni, gebe veya emziren çalışanların duruş problemlerini ve kaza riskini azaltacak şekilde yeniden düzenlenir, mümkün olduğu durumlarda oturarak çalışmaları sağlanır. Gebeliğin durumuna göre yorgunluğun ve diğer duruş problemlerinin azaltılması veya ortadan kaldırılması için dinlenme araları ihtiyaca göre daha sık ve uzun olarak düzenlenir.

c) Yüksekte çalışmalarda, gebe çalışanın çalışma yerlerinin platform, merdiven gibi yüksek ve düşme tehlikesi olan yerlerde olmaması için gerekli düzenlemeler yapılır.

ç) Çalışma saatleri ve çalışma hızı ile ilgili olarak; çalışma hızının, saatlerinin ve işteki yoğunluğun çalışanın önerileri dikkate alınarak mümkün olduğunca uygun hale getirilmesi için gerekli şartlar sağlanır.

d) Gebe veya yeni doğum yapmış çalışanın yalnız çalıştırılmaması esastır. Ancak zorunluluk halinde gebe veya yeni doğum yapmış çalışanın yalnız çalıştırılması gerektiğinde işyerinde bulunan diğer çalışanlarla kolayca iletişim sağlayabilmeleri için gerekli önlemler alınır. Ayrıca çalışanın uygun tıbbi ve diğer destekleri alabilmesi için gerekli düzenlemeler yapılır, acil yardım prosedürlerinde bu durum göz önüne alınır.

e) İş stresi ile ilgili olarak; gebe, yeni doğum yapmış ve emziren çalışanı, çalışma koşulları, çalışma saatleri, müşterilerle ve üçüncü kişilerle ilişkiler, iş yükü, işini kaybetme korkusu gibi stres faktörlerine yönelik koruyucu önlemler alınır. Düşük veya ölü doğum yapmış veya doğumdan sonra bebeğini kaybetmiş çalışanı stresten korumak için itina gösterilir.

f) Gebe çalışanın, ayakta çalışması gereken işlerde, mümkün olan durumlarda oturması sağlanır, sürekli oturarak veya sürekli ayakta çalışması engellenir, çalışmanın böyle düzenlenmesinin mümkün olmadığı durumlarda dinlenme araları artırılır, hamileliğin gelişimine göre gerekli önlemler alınır.

g) Dinlenme ve diğer iyileştirici olanakların sağlanması ile ilgili olarak; gebe çalışanın sigarasız ve dumansız bir ortamda gerekli aralıklarla oturarak veya rahatça uzanacak şekilde fiziksel ve zihinsel olarak dinlenmesini sağlayacak şartlar temin edilir. Gebe, yeni doğum yapmış ve emziren çalışanın sık tuvalete gitme ihtiyacı göz önüne alınarak uzun süreli çalışmalar ve ekip çalışmaları bu gereksinime uygun olarak düzenlenir, ayrıca enfeksiyon ve diğer hastalıklara karşı gerekli hijyen şartları sağlanır. Gebe veya emziren çalışanın, kişisel ihtiyaçları göz önüne alınarak, beslenme molasının, temiz içme suyu temininin ve diğer ihtiyaçlarının kendileriyle de istişare edilerek karşılanması sağlanır.

Alınacak önlemler, çalışanların yaptıkları işle bağlantılı hareketleri, duruşları, zihinsel ve bedensel yorgunluğu da kapsar.

## **Özel önlemler**

### **a) Fiziksel etkenler:**

1) Şok ve titreşim: Gebe çalışanın, ani darbelere, sarsıntıya, uzun süreli titreşime maruz kalacağı işlerde ve iş makinelerinde çalıştırılmaları yasaktır. Vücudun alt kısmını, özellikle karın bölgesini etkileyen düşük frekanslı uzun süreli titreşime ve sürekli sarsıntıya maruziyeti önleyecek tedbirler alınır.

2) Gürültü: Gebe çalışanın çalıştığı yerdeki gürültü seviyesinin, en düşük maruziyet etkin değeri olan 80 dB(A) yı geçmemesi sağlanır. Eğer gürültü seviyesi düşürülemiyorsa çalışanın yeri değiştirilir. Limitleri aşan gürültülü ortamda gebe çalışanların kişisel koruyucu donanım kullanarak dahi çalıştırılmaları yasaktır.

3) İyonize radyasyon: Gebe veya emziren çalışanlar iyonize radyasyon kaynaklarının bulunduğu ve radyasyonla kirlenmiş olan yerlerde ve işlerde çalıştırılmaz. Bu gibi yerlere girmemesi uyarı levhaları ile belirtilir.

4) İyonize olmayan radyasyon: Gebe, yeni doğum yapmış ve emziren çalışanların iyonize olmayan radyasyon kaynaklarından etkilenmesini önleyecek tedbirler alınır.

5) Soğuk, sıcak ve yüksek basınç: Gebe, yeni doğum yapmış ve emziren çalışanların yaptığı işin niteliği göz önünde bulundurularak çalıştığı yerlerin sıcaklığının ve basıncının sağlık ve güvenlik riski yaratmayacak düzeyde olması sağlanır.

b) Biyolojik etkenler: Gebe, yeni doğum yapmış ve emziren çalışanın, 15/6/2013 tarihli ve 28678 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Biyolojik Etkenlere Maruziyet Risklerinin Önlenmesi Hakkında Yönetmelik’te tanımlanan grup 2, grup 3 ve grup 4 biyolojik etkenlerin risk teşkil ettiği yerlerde ve işlerde çalıştırılmaları yasaktır. Ancak çalışanın bağışıklığı varsa durum değerlendirilmesini yapılarak çalışmasına izin verilebilir.

c) Kimyasal etkenler: Kanserojen, mutajen, çok toksik, toksik, zararlı, alerjik, üreme için toksik ve emzirilen çocuğa zararlı olabilen kimyasalların üretildiği, işlendiği, kullanıldığı işlerde gebe, yeni doğum yapmış ve emziren çalışanın çalıştırılması esas olarak yasaktır. Ancak, çalışanın çalıştırılmasında zorunluluk varsa ve teknik olarak bu maddeler daha az zararlı olanlarla değiştirilemiyorsa, gebe çalışan, mutajen ve üreme için toksik maddelerle, emziren ve yeni doğum yapmış çalışan, emzirilen çocuğa zararlı olabilen kimyasalların dışındaki maddelerle, ancak her türlü önlem alınarak ve sağlık durumları ile maruziyet düzeyleri sürekli kontrol altında tutularak çalıştırılabilir.

### **ç) Çalışma koşulları:**

1) Gebe veya emziren çalışanların kendilerinin ve bebeklerinin sağlığını olumsuz etkileyecek şekilde elle taşıma, yükleme ve araçsız taşıma işlerinde çalıştırılmaları yasaktır. Bu tür işlerde risk değerlendirmesi yapılır, gerektiğinde iş değişikliği sağlanır.

2) Kişisel koruyucu donanımlar gebe veya emziren çalışanı tam koruyacak şekilde vücuduna uygun olmalı, bu kişilerin hareketlerine engel olmamalı ve vücut ölçüleri değiştikçe yenileri temin edilir. Uygun koruyucu sağlanmadığı durumlarda çalışan bu işlerde çalıştırılmaz.

Not: Yukarıda geçen kimyasal, tehlikeli kimyasal maddeler, kanserojen maddeler, mutajen maddeler, çok toksik maddeler, toksik maddeler, zararlı maddeler, alerjik maddeler, üreme için toksik maddeler kavramların tanımı 12/8/2013 tarihli ve 28733 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Kimyasal Maddelerle Çalışmalarda Sağlık ve Güvenlik Önlemleri Hakkında Yönetmelikte belirtildiği şekildedir.

**GEBE, YENİ DOĞUM YAPMIŞ VEYA EMZİREN ÇALIŞANLARIN ÖZELLİKLE  
ÇALIŞTIRILAMAYACAĞI İŞLER VE İŞYERLERİ İLE BURADA BULUNABİLECEK  
ÖNEMLİ RİSK FAKTÖRLERİNİ BELİRTEN TABLO**

<b>İşler ve işyerleri</b>	<b>Biyolojik Etkenler</b>
A) a) İnsanın dış ve sağlık tedavisinin yapıldığı hizmet birimlerinin yanı sıra acil ve kurtarma hizmetleri,	Hepatit B-virus (HBV) Hepatit C-virus (HCV)
b) Çocuklara özel hastane ve koğuşlar	Bordetella Pertussis Cornebacterium Diphthriae Hepatitis-A virus (HAV) Measles virus Mumps virus Rubivirus Varicella Zoster virus (VZV)
c) Enfeksiyon koğuşları ve feçes laboratuvarları	Hepatit A virus (HAV)
d) Tüberküloz hastaneleri ve diğer göğüs hastalıkları hastaneleri veya koğuşları	Mycobacterium tüberculosis Mycobacterium Bovis
e) Patoloji departmanları (otopsi, ölüm sonrası muayene yerleri)	Hepatit-D virus (HDV) Mycobacterium tüberculosis Mycobacterium Bovis
B) a) Kan ürünlerini içeren ilaç ve tıbbi üretim işleri	Hepatit B-virus (HBV) Hepatit C-virus (HCV)

<p>b) Sütun 2 de belirtilen biyolojik etkenlerden birini içeren aktivitelerin olması durumu</p>	<p>Hepatit B-virus (HBV)  Hepatit C-virus (HCV)  Bordetella Pertussis  Conebacterium Dipthriae  Tick-born Encephalitis  (CEE) virus  Hepatit A virus (HAV)  Hepatit-D virus (HDV)  Measles virus  Mumps virus  Mycobacterium  tüberculosis  Mycobacterium Bovis  Rubivirus  Rabies virus  Varicella Zoster virus  (VZV)</p>
<p>C) Kuduzla enfekte olma şüphesi olan hayvanlarla yapılan veterinerlik aktiviteleri</p>	<p>Rabies virus</p>
<p>D) Tarım, orman ve kereste endüstrisi, bahçivanlık, hayvan ticareti, avlanma gibi endemik hastalık alanlarında ve diğer bilim alanlarının yanı sıra eğitim ve test (araştırma) enstitüleri dahil gıda amaçlı olmayan hayvan ve bitki hammadde materyallerini içeren alanlardaki aktivite durumları</p>	<p>Tick-born Encephalitis  (CEE) virus</p>

## GEBE ÇALIŞANLARIN SAĞLIĞINI İZLEME FORMU

Gebelikte karşılaşılan sağlık problemleri	İşyerinde çalışana etkileyen hal ve durumlar
Sabah kusmaları	Erken Çalışma Saatleri Güçlü havalandırma veya mide bulantılarına neden olabilecek kokulara veya kötü havalandırmaya maruziyet
Sırt ağrısı	Ayakta durma, yük taşıma ve duruş vaziyeti
Varis veya diğer dolaşım problemleri, hemoroit	Uzun süreli ayakta durma veya oturma
Sık ve ani tuvalet ihtiyacı	Düzenli beslenme, yeme, içme imkanları Tuvaletin yakınlığı, uygunluğu, yıkanma imkanları Hijyen İş ve iş mahallini bırakmada zorluk
Beden ölçülerinin büyümesi  Beden ölçülerinin büyümesinden dolayı beceriklilik, koordinasyon, hareket etme hızı ve uzanmada zorluk	Koruyucu elbise ve ekipmanın kullanılması Daralan çalışma alanı, yüksekte çalışma  Uzanma ve eğilme gerektiren postürler  Elle taşıma Dar alanlarda çalışmanın getirdiği problemler
Yorgunluk/stres	Fazla çalışma Akşam veya gece çalışması Dinlenme aralarının yetersizliği Uzun süreli çalışma İş yoğunluğu
Dengenin korunması (Emziren kadınlar için de geçerli)	Islak ve kaygan zeminlerde yapılan çalışmalar

**ODA VE YURTLARDA BULUNACAK NİTELİKLER**

- 1) Bodrum katında ve doğrudan açık havaya açılmayan yerlerde olamaz.
- 2) Pencereleri doğrudan güneş ışığı alacak şekilde olur.
- 3) Kadın ve velayet hakkına sahip erkek çalışan sayısının en az % 10'u oranında yatak, yeterli sayıda gözlem odası ve bir emzirme yeri bulunur. İhtiyaca göre yeterli sayıda yatak, bölme ve diğer araç ve gereçler ilave edilir.
- 4) Çocukların bulundurulacağı odaların taban alanlarının her çocuğa en az 3 metrekare, hacimlerinin ise her çocuğa en az 8 metreküp hava düşecek şekilde ve bol ışıklı olması gerekir.
- 5) Taban, çocukların sağlığına zarar vermeyecek ve kolayca temizlenebilecek bir malzeme ile döşenmesi gerekir.
- 6) Duvarlar ve bölmeler yeterli bir yüksekliğe kadar kolayca temizlenebilir bir maddeyle boyanması veya kaplanması gerekir.
- 7) Odalar ve eşyalar toz tutmayacak şekilde düz ve basit olması gerekir.
- 8) Çocuk karyoları ve komodinleri temiz, boyalı, kullanıma ve sağlığa uygun nitelikte olması gerekir. Karyoların ayarlanabilir yüksek korkulukları bulunur.
- 9) Yurtlarda yeterli büyüklükte bir bahçe bulunması gerekir.
- 10) Çocukların dinlenmeleri ve oynamaları için yeterli araç ve gereçler bulunması gerekir.
- 11) Oda ve yurtlarda, anneler ve görevliler için yeteri kadar tuvalet ve lavabo, her 10 yatağa bir çocuk banyosu, çocuk yatak odalarının bitişiğinde çocukların kullanabileceği lavabolar bulunması gerekir. Yurtlarda, ayrıca, çocuklar için yeteri kadar tuvalet bulunması gerekir.
- 12) Oda ve yurtlarda, mamaların ve yiyeceklerin hazırlanması, muhafazası, dağıtılması, yedirilmesi ve kullanılan araç ve gereçlerin temizlenmesi için gerekli yerler bulunması gerekir.
- 13) Oda ve yurtlarda, yatak odalarından ayrı bez değiştirme odaları olması gerekir. Bu odalarda, masa, yatak, şezlong gibi eşyalar, temiz ve kirli bez ve çamaşırların ayrı ayrı konulması için gerekli dolap ve kaplar bulundurulur.
- 14) Yatak eşyası ve annelere emzirme esnasında giydirilen gömleklerin temiz olması ve düzenli olarak korunması gerekir.
- 15) Çocuklar, emzirme yerlerine çocuk bakıcısı ya da sağlık personeli tarafından getirilir, emzirmenin bitiminde yine aynı kişiler tarafından alınarak, temizlik ve bakımları yapıldıktan sonra yataklarına bırakılır.

## KAYIT VE KABUL DEFTERİ

.....İşyeri  
Emzirme Odası  
Çocuk Bakım Yurdu

Kayıt Numarası	Adı, Soyadı	Annesinin Adı-Soyadı	Babasının Adı-Soyadı	Anne veya Babasının Personel Numarası	Yaşı ve Doğum Yeri	Oturduğu Yer	Girdiği Gün ve Saat	Çıktığı Gün ve Saat	Çıkış Nedeni	Kiminle Çıktığı

## EMZİRME ODASI VE ÇOCUK BAKIM YURTLARINDA BULUNDURULACAK İLAÇ VE TIBBİ GEREÇ ÇİZELGESİ

İlaç ve Gereç	Miktarı	Açıklama
Açık ve kapalı yaralar için antiseptik çözelti	250 şer gr.	Cam kapaklı şişede
Amonyak	50 gr.	Cam kapaklı şişede
Saf alkol	100 gr.	Cam kapaklı şişede
Oksijenli su	1 şişe	Orijinal ambalajda
Yanık pomadı	2 tüp	Orijinal ambalajda
Enjektör	1 adet	2 cc.
Enjektör	1 adet	5 cc.
Enjektör iğnesi	6 şar adet cilt, adale ve damar için.	
Damlalık	6 adet	
Beden derecesi (termometre)	6 adet	
Çengelli iğne	12 adet	
Flaster	2 kutu	
Talk tozu	Yeteri kadar	
Küvet	2 adet	
Pens	2 adet	
Kulak pensi	1 adet	
Makas	2 adet	
Bisturi	1 adet	
Pamuk	5 paket	25'er gramlık
Steril gaz idrofil	5 paket	
Steril sargı bezi	5 adet	Muhtelif büyüklükte
Üçgen sargı	1 adet	Parmak, baş ve etrafı için
Çocuk terazisi	1 adet	Emzirme odalarında
Boy ölçerli terazi	1 adet	Kreşlerde



## GÖZLEM KÂĞIDI

.....İşyeri  
Emzirme Odası  
Çocuk Bakım Yurdu

Adı, Soyadı:	
Kayıt numarası:	
Yatak numarası:	
Yaşı ve doğum yeri:	
Kan grubu:	
Girdiği tarih:	
Girişte boyu ve kilosu:	
Tamamen çıkarıldığı tarih:	
Çıkışta boyu ve kilosu:	
Çıkarıldığı tarihteki genel sağlık durumu:	
Çıkış nedeni:	
Kiminle çıktığı:	
<b>ANASININ</b>	
Adı, Soyadı:	
Yaşı ve doğum yeri:	
Ev adresi:	
İşyeri numarası:	
<b>BABASININ</b>	
Adı, Soyadı:	
Yaşı ve doğum yeri:	
Ev adresi:	
İşyeri numarası:	

## SAĞLIK MUAYENE KÂĞIDI

.....İşyeri  
Emzirme Odası  
Çocuk Bakım Yurdu

Tarih	Ağırlık	Boy	Dişler	Göz	Kulak Burun Boğaz	Solunum Sistemi	Dolaşım Sistemi	Sindirim ve Üriner Sistemi	Sinir ve Hareket Sistemi	Laboratuvar	Röntgen	Teşhis	Yapılan Tedavi ve Öneriler	Hekim Adı, Soyadı İmza