

**ÇANKAYA İŞ SAĞLIĞI VE GÜVENLİĞİ MERKEZİ**

**Adres:** Gazi Mah. Silahtar Cad. No:134 Yenimahalle/ANKARA • **Tel:** (+90) 312 211 16 80 (pbx) • **Faks:** (+90) 312 211 16 83 • www.www.cankayasaglik.com.tr

**İŞBAŞI İSG KONUŞMALARI**

**(TOOLBOX TALKS)**

No: 309 Sayfa No: 1/2

**KULAKLARINIZI KORUYUN, YOKSA SAĞIR OLURSUNUZ!**

**Gürültü nasıl bir sorundur?**

Gürültü günlük yaşamın bir parçasıdır. Ama yüksek sesli gürültü kulaklarınızda kalıcı hasara neden olabilir. Konuşmak zor ya da olanaksız hale gelebilir, aileniz televizyonu çok açmanızdan şikâyetçi olur ve telefon kullanırken sorun yaşarsınız.

Kalıcı kulak çınlaması (tinnitus) da oluşabilir. Çok yüksek ya da patlama sesleri sonucu hasar birdenbire olabileceği gibi, genellikle zamanla, yavaş yavaş da olur. Fark ettiğinizde, belki çok geç kalmış olabilirsiniz.

**Çalıştığım yerde gürültü sorunu var mı?**

Belki – eğer çalıştığınız yerdeki gürültü ile ilgili aşağıdaki sorulara ‘evet’ yanıtını verebiliyorsanız:

* Gürültü günün büyük bölümünde – yoğun bir sokak, elektrikli süpürge ya da kalabalık bir restoran gibi – etkili mi?
* En azından günün bir bölümünde 2 metre mesafede normal bir konuşma yapabilmek için sesinizi yükseltmeniz gerekiyor mu?
* Günde yarım saatten fazla gürültü yapan elektrikli aletler ya da makineler kullanıyor musunuz?
* Gürültülü bir işkolunda mı çalışıyorsunuz, örneğin inşaat, yıkım ya da yol tamiratı; marangozluk; plastik işleme; mühendislik; tekstil imalatı; genel fabrikasyon; demircilik, pres ya da baskı; kâğıt veya mukavva imalatı; konserve ya da şişeleme; döküm?
* Darbeler (örneğin çekiç, dövme, pnömatik darbeli aletler vb), kartuşla çalışan aletler ya da fünyeler gibi patlama kaynakları ya da tabancalardan çıkan gürültüler var mı?

Ertesi sabaha kadar geçse bile, gün bitiminde kulaklarınız ağırlaşıyorsa da risk altındasınız demektir. Ancak, sizin kulaklarınızın hasar görmesi hiç gerekmez. İşvereniniz sizi korumakla yükümlü olup riski azaltmaya dönük önlemler üzerinde çalışıyor olması gerekir.

**İşverenimin neler yapması gerekir?**

Yasa gereği işvereniniz: sizin hangi seviyelerde gürültüye maruz kaldığınızı tespit etmek ve bunun kulaklarınız açısından yarattığı riski değerlendirmek zorundadır.

**Gürültüye maruz kalma seviyelerinize bağlı olarak, işvereniniz:**

* örneğin perdeler ya da bariyerler koyarak, ya da susturucu takarak, gürültüye maruz kalma seviyesini azaltıcı ‘teknik donanım’ sağlamalıdır;
* çalışma şeklinizi ya da işyeri düzenini değiştirmelidir. Sadece koruyucu önlemlere bel bağlamamalıdır;
* işi yapacak en sessiz makineleri sağlamalıdır;
* size kulaklarınızı koruma olanakları (kendinize uygun tipi seçebileceğiniz seçenekler) sunmalıdır;
* sizi düzenli olarak işitme testlerine göndermelidir;
* size bilgi ve eğitim vermelidir;
* size ve temsilcilerinize danışmalıdır.



**ÇANKAYA İŞ SAĞLIĞI VE GÜVENLİĞİ MERKEZİ**

**Adres:** Gazi Mah. Silahtar Cad. No:134 Yenimahalle/ANKARA • **Tel:** (+90) 312 211 16 80 (pbx) • **Faks:** (+90) 312 211 16 83 • www.www.cankayasaglik.com.tr

**İŞBAŞI İSG KONUŞMALARI**

**(TOOLBOX TALKS)**

No: 309 Sayfa No: 2/2

**Benim neler yapmam gerekir?**

*İşbirliği yapın.* İşvereninizin sizin kulaklarınızın korunması için gerekenleri yapmasına yardımcı olun. Gürültü kontrol aygıtlarını (ör. gürültü muhafazalarını) doğru kullanmaya dikkat edin ve uygulamaya konan çalışma yöntemlerine uyun.

*Size verilen kulak koruyucu aygıtları takın.* Bunları doğru kullanın (bunun nasıl yapılacağı konusunda size eğitim verilmesi gerekir), ve gürültülü iş yaptığınız her zaman ve kulak koruma alanlarında olduğunuz zamanlarda kullanmaya dikkat edin. Kısa bir süre dahi çıkarmak kulaklarınızın hasar görmesine neden olabilir.

*Kulak koruma donanımıza iyi bakın.* İşvereninizin bunlara nasıl iyi bakacağınızı ve nereden alabileceğinizi size söylemesi gerekir. Ne yapmanız gerektiğini anladığınızdan emin olun.

*Sorunları bildirin.* Kulak koruma ve gürültü kontrol donanımınızla ilgili sorunları hemen bildirin. İşvereninize ya da güvenlik temsilcinize haber verin. Kulaklarınızda bir sorun olursa da işvereninize bildirin.

**Nelere dikkat etmem gerekir?**

Kulaklıklar ve kulak tıkaçları gibi kulak koruma donanımı sizin hasara karşı son savunma hattınız olup, aşağıdakileri kontrol edin:

* *Kulaklıklar* Kulaklarınızı tamamen kapatmasına dikkat edin, kenarlarda hiç boşluk kalmayacak şekilde sıkıca takın. Kenarlara saç, takı, gözlük, şapka, vb. girmesin. Kenarlarını ve içini temiz tutun. Başınıza oturan bandı fazla uzatmayın; gerekli gerilim olmasına dikkat edin.
* *Kulak tıkaçları* Doğru takmak zor olabilir; takma pratiği yapın ve zorlanırsanız yardım isteyin. Genellikle doğru takılmış sanılır, ama size pek koruma sağlamıyor olabilir. Kulak tıkaçlarını takmadan önce ellerinizi temizleyin ve tıkaçları başkasıyla paylaşmayın. Bazı tıkaç çeşitleri sadece bir kere kullanılır, diğerleri yeniden kullanılabilir ve hatta yıkanabilir. Sizdeki tıkaçın hangi tip olduğunu bildiğinizden emin olun.
* *Yarı içeri sokulan aygıtlar/kepler* Kulak tıkaçlarıyla aynı tavsiyeleri izleyin ve baş üzerine oturan bandın gerekli gerilime sahip olmasına dikkat edin.

**Bu işaret, kulak koruma donanımı kullanmanız gereken bir bölgeyi gösterir.**



**Yararlanılan Kaynak:**

HSE Türkçe Broşürler: Kulaklarınızı Koruyun, Yoksa Sağır Olursunuz!

<http://www.hse.gov.uk/pubns/turkish/indg363.pdf>

<http://www.hse.gov.uk/pubns/indg363.pdf>