

Mutfak ve Bulaşıkhanelerde İş Sağlığı ve Güvenliği

Mutfak, Bulaşıkhan ve Restoranlarda İş Sağlığı ve Güvenliği

Mutfak, bulaşıkhan ve restoranlar, uygun önlemler alınmadığında, çalışanların güvenlik ve sağlığını doğrudan veya dolaylı bir biçimde, hemen veya sonradan etkileyen fiziksel, kimyasal, biyolojik, ergonomik, psikososyal ve güvenlik tehlikelerinin oluştuğu çalışma ortamlarıdır.

Fiziksel Tehlikeler, Riskler ve Önlemler

Gürültü: Gürültü istenmeyen sestir, maruziyet düzeyine ve süresine göre, çalışanlarda bazı rahatsızlıklara yol açabilir. Gürültü uygun önlemler alınmadığında çalışanlar için güvenlik ve sağlık tehlikesi oluşturur.

- Gürültülü makine/teçhizat, olası en az gürültü yapacak biçimde çalıştırılmalıdır.
- Gürültülü işlerde, dönüşümlü çalışılmalı, dinlenme sürelerinde gürültülü ortamda vakit geçirilmemelidir.

Sıcakta ve soğukta çalışma: Giyinik bir kişinin termal konforu kış aylarında 20-22 derece, yaz aylarında da 20-24 derece sıcaklıklarında sağlanır. Bu değerlerin üzerindeki ortamlar sıcak, altındakiler ise soğuk ortamlardır.

- Havalandırma sistemlerinin düzenli bakım ve onarımının yapıldığından emin olunmalı.
Mutfakta ısı ve buhar kaynakları için yerel havalandırma sistemleri devreye sokulmalı.
- Sıcak/soğuk arttığı ölçüde, dönüşümlü çalışma uygulanmalı, dinlenme aralarında sıcak/soğuk ortamdan uzaklaşmalı bu aralarda sıcak/soğuk su içilmelidir.
- Ortam sıcaklığını korumak için giriş çıkış kapıları kapalı tutulmalıdır.

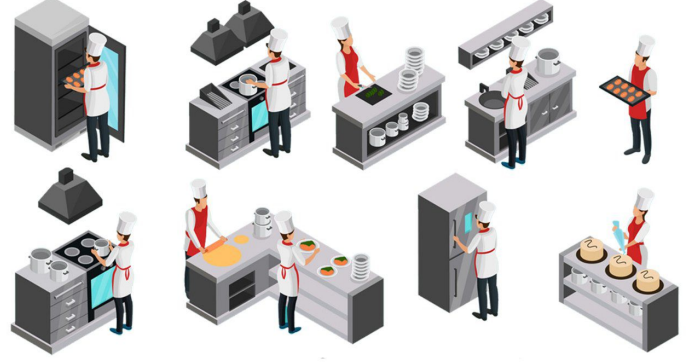
Kimyasal Tehlikeler, Riskler ve Önlemler

- Kimyasal malzemeler, güvenlik bilgi formlarında veya etiketlerinde belirtilen kurallara uygun olarak ve öngörülen güvenlik önlemleri alınarak kullanılmalıdır.
- Kimyasallar ancak gerekiyorsa ve olası en az miktarlarda kullanılmalıdır.
- Kimyasallar kurallara uygun biçimde depolanmalıdır.
- Kimyasallar hangi amaçla olursa olsun birbirine karıştırılmamalı, birlikte kullanılmamalıdır.
- Kimyasalın kullanıldığı alan, kullanım sırasında ve sonrasında havalandırılmalıdır.
- Kimyasallarla çalışırken eldiven, gözlük, maske gibi kişisel koruyucu kullanılmalıdır.

Biyolojik Tehlikeler ve Riskler

Mutfak ve restoran çalışanları önlem alınmadığında deride iltihaba ve alerjik reaksiyonlara, solunum sistemi hastalıklarına ve diğer bulaşıcı hastalıklara yol açan çeşitli biyolojik etkenlerden etkilenebilirler.

- Biyolojik etkenleri barındıran bütün atıklar (mutfaktaki kesilmiş hayvan atıkları) özel olarak toplanmalı, depolanmalı ve işaretlenmelidir.
- Toplama ve depolama işlemlerinde yırtılmaz torbalar ve dayanıklı kaplar kullanılmalıdır.
- Depolama alanları böcek ve fare üremesini, akar ve küf sporu oluşmasını önlemek için düzenli olarak temizlenmeli ve dezenfekte edilmelidir, nemden korunmalı ve havalandırılmalıdır.
- Uygun nitelikte eldiven kullanılmalı, eller düzenli dezenfekte edilmelidir.



Ergonomik Tehlikeler ve Riskler

Zorlayıcı ve sabit duruşlar: Çalışanı vücudunun bütününe veya bir bölümünü alışkın olmadığı bir biçimde kullanarak çalışmaya zorlayan ve sıklığı, süresi ve çeşitliliği arttığı ve süreklilik kazandığı ölçüde, kas iskelet sistemini ve dolaşım sistemini etkileyerek sağlık sorunlarına yol açan duruşlardır.

Kuvvet uygulanarak gerçekleştirilen hareketler: İşte ek kuvvet uygulamayı gerektiren hareketlerdir. Uygulanması gereken kuvvet ve kuvvet uygulanan süre ne kadar artarsa, etkilenme olasılığı ve ağırlığı o kadar artar.

Tekrarlanan hareketler: Aynı hareketin belirli bir sürede tekrarlanmasıdır. Tekrarlanan harekette aynı eklem ve kas grubunun kullanılması, tekrar sayısı ve hızıyla (dakikada 20 kereden çok), tekrar süresinin artması tehlikeyi, riski ve kaza yapma olasılığını artırır.

Temas stresi: Çalışanların karşılaştıkları bu tehlikeler etkilenme süresi ve sıklığı arttıkça ve etkilenme biçimi karmaşılaştıkça, giderek ağırlaşan ve sonuçta kalıcı hasarlara yol açabilen kas iskelet sistemi ve dolaşım sistemi sorunları ortaya çıkar.

Büyük tepsilerin taşınması;

- Ağırlığı dengeleyin, tepsiyi temiz ve kuru tutun.
- Tepsiyi desteklemek ve dengelemek için iki elinizi de kullanın.
- Yükü bir tepsiyi omuz, kol ve elinizle doğal pozisyonda taşıyın.
- Tepsiyi mümkün olduğunca vücudunuza yakın taşıyın, ağırlığı dengeleyin, ağır nesneleri ortaya yakın koyun.

Mutfak çalışanları;

- Ağır nesneler için mümkünse taşıma arabası kullanın.
- Nesnelerin kaydırılarak hareket ettirilebilmesi için aynı yükseklikte masa, tezgah ve taşıma arabaları kullanın.
- Ağır ve sık kullanılan nesneleri orta seviyedeki raflarda saklayın.

Yemek hazırlanması ve pişirilmesi;

- Doğrama gibi güç gerektiren işler yapılırken bel yüksekliğinde çalışma düzeyi kullanın.
- Pastaya krema dökmek gibi ince detaylı işleri yaparken dirsek hizasında çalışma yüzeyi kullanın.
- Aşırı uzanmaları engellemek için çalışma yüzeyine yakın durun ve çalışma yüzeyinin ön tarafını kullanın.
- Sık kullandığınız malzemeleri çalışma alanınıza yakın ve uygun yükseklikte yerleştirin.
- Sakıncalı duruşları ve güç kullanımını azaltacak şekilde tasarlanmış mutfak aletlerini tercih edin.
- Yorucu ve sık tekrarlanan işlerden kaynaklanan stresi azaltmak için mutfak robotu gibi otomatik aletler kullanın.

Bulaşık yıkama,

- Çalışma yüzeyine yakın durun, sırtınızı eğmekten veya bükmekten kaçının.
- Uzanmayı azaltmak için durulama hortumunu orta vücut yüksekliğinde tutun.
- Eğilmeyi azaltmak için, derin lavabonun derinliğini azaltmak amacıyla platform kullanın.



Güvenlik Tehlikeleri, Riskleri ve Önlemler

Yatay düzlemde düşme: Yatay bir düzlemde yürürken düşmeye yol açan temel etkenler kayma ve takılmadır.

- Yürüme yolları, koridorlar ve geçitler kuru, bakımlı, düzenli ve temiz tutulmalı. İyi aydınlatılmalı, takılmaya yol açabilecek bölgeler işaretlenmelidir.
- Sürekli ıslanan zeminler kaydırmaz malzeme ile kaplanmalı.
- Mutfak ve bulaşıkhanede, birimlerde, zeminde biriken suyu akıtmak için boşaltma sistemi sürekli temiz ve bakımlı tutulmalıdır.
- Kaymaz tabanlı ayakkabı giyilmeli, çalışırken koşulmamalı, acele edilmemelidir.

Delici veya kesici nesnelerle yaralanma; Kesikler, mutfaklarda bıçak kullanımından, kırık bardaklar ile bıçaklar, mal alımı ve depolanması sırasında eskimiş kasa ve sepetler ile delici cisimler kesi ve batma riski oluşturur. Bu tür yaralanmalarda, deride sıklıkla yüzeysel kesiler, nadiren de parmak kopmalarına da yol açan derin kesiler oluşur.

Delici ve kesici parçaları olan makineleri ve elektrikli el aletleri güvenlik kurallarına uygun olarak kullanılmalıdır.

- Makine ve elektrikli el aleti asla koruyucusuz olarak kullanılmamalıdır.
- Makine ve elektrikli el aleti çalışırken el veya parmaklarla hareketli parçalara müdahale edilmemeli, akım kesilmeden bakım, temizlik ve onarım yapılmamalıdır. Yalnızca yetkilendirilmiş işçiler kullanılmalıdır.
- Hareketli parçası açıkta olan makine ve el aleti kullanılırken bu parçaya takılabilecek bol ve yıpranmış giysiler giyilmemeli, takı takılmamalı, uzun saçlar toplanmalıdır.



Bıçak kullanırken aşağıda sıralanan güvenli kullanma kurallarına uyulmalıdır;

- İşe uygun, keskin, sapı ergonomik ve bakımlı bıçaklar kullanılmalıdır.
- Bıçak kullanılan işlemler düz bir zeminde veya kesme tahtası üzerinde yapılmalıdır.
- Bıçaklar güvenli be ayrı yerde istiflenmeli, kullanıldıktan sonra ortada bırakılmamalı, yıkanırken diğer mutfak araçlarından ayrı yıkanmalı ve kurulanmalıdır.
- İşlem sırasında bıçak, elin ve vücudun aksi yönünde hareket ettirilmelidir.
- Gerekliyse ise, çelik eldiven gibi kişisel koruyucular kullanılmalıdır.
- Çöp toplama işlerinde kesici ve delici nesneler ayrıca toplanmalı ve depolanmalı, ilgili çalışanlar dayanıklı eldiven kullanılmalıdır.

Çok sıcak veya çok soğuk nesnelerle temas; Çok sıcak veya çok soğuk nesne ve sıvılarla temas tehlikelidir ve deride yanığa yol açar.

- Çok sıcak nesne ve sıvılarla kurallara uygun olarak ve acele edilmeden çalışılmalıdır.
- İlgili işçiler çok sıcak ve çok soğuk nesne ve sıvı kaynakları işaretlenmelidir.
- Basınçlı kaplar ve fırınlar sıcakken açılmamalıdır, uygun eldiven giyilmelidir.
- Su kaynatılan ve yağ kızdırılan kaplar sıçramayı ve taşmayı önleyecek düzeyde doldurulmalı ve sıcakken taşınmamalıdır.

Elektrik Tehlikeleri

Elektrik akımı tehlike (elektrik şoku) ve risk (yanık, şok, ölüm) meydana getirir.

- Elektrikli makineleri ve el aletlerini yetkili kişiler, kurallara uygun olarak kullanmalı, sorunlu olanlar, sorunlar yetkili kişiler tarafından giderilene kadar, kullanılmamalıdır.
- Elektrik tesisatında veya elektrikli teçhizatıta saptanan her aksaklık hemen yetkili birime iletilmeli ve tesisat veya teçhizatıdaki aksaklık düzeltilinceye kadar kullanılmamalıdır.
- Elektrik tesisatı su ve nemden korunmalı, elektrikli makineler ve el aletleri ıslak ortamda, ıslak elle kullanılmamalıdır.



Yangın ve Patlama

Restoranlarda ısıtma için ve mutfak işlerinde sıvılaştırılmış petrol gazının (LPG) gerekli önlemler alınmadan kullanılması ve ana depoda ya da bakım onarım birimlerinde saklanan parlayıcı patlayıcı kimyasallar, patlama ve yangın tehlikesi oluşturabilir.

- Elektrik tesisatı ve basınçlı kaplardaki aksaklıklar anında bildirilmeli ve onarılmalıdır.
- Yanıcı, parlayıcı ve patlayıcı maddeler güvenli bir biçimde depolanmalı ve kullanılmalıdır.
- Gaz kaçağının anında saptanmasını sağlayacak gaz dedektörü, gaz kaçağını anında duyuracak görsel ve sesli uyarı sistemi kurulmuş olmalı, çalışır durumda tutulmalıdır.



Psikososyal Tehlikeler, Riskler ve Önlemler

İşin koşulları (örgüt kültürü, örgütsel rol, katılım ve denetim, işte yükselme, kişiler arası ilişkiler, iş ev çatışması) ve kapsamı (çalışma ortamı, görev tanımı, iş yükü ve hızı, çalışma süresi) ile çalışan yetenekleri, beklentileri ve gereksinimleri uyumadığında, iş stresi oluşur.

Çalışana bedensel ve ruhsal sağlık sorunları, işyerine de üretim verimliliği ve kalitesinde azalma olarak yansır. Stresle başa çıkmaya çalışmak ruh ve beden sağlığını korumak, üretici ve verimli bir yaşam sürdürmek için gereklidir. Stresle başa çıkma, stres yapıcıların meydana getirdiği duygusal gerilimi azaltmak, yok etmek ya da gerilime dayanma amacıyla gösterilen davranış ve duygusal tepkilerin bütünüdür.

* “ÇAŞGEM tarafından hazırlanan çalışmalardan alıntılanmıştır.”



www.aybu.edu.tr/isg/
ramakkala.ybu.edu.tr