Sessiz Sızıntı: Meslek Hastalıklarının Görünmeyen Yüzü

Fiziksel yaralanmaların ötesinde, işin zihnimize ve sosyal hayatımıza bıraktığı gizli hasarlar.



Gemini Notebook

Meslek hastalığı sadece fabrikada başlamaz.





Geleneksel İSG anlayışı bizi baretlerle, uyarı levhalarıyla ve toz maskeleriyle korumaya odaklanır. Ancak modern çalışma hayatının en büyük tehlikesi soluduğumuz havada değil, eve götürdüğümüz zihin yapısındadır. Bazen meslek hastalığı, akşam yemeği masasında başlar.

Gemini Notebook

Vaka İncelemesi: Kaizen Uzmanının Kör Noktası

Analitik Zihin (Zehir)

Gündüz süreç iyileştiren, hataları arayan zihin, mesai bitiminde kapanmaz.



5N 1K Radarı

Eşinin veya çocuğunun anlattığı sıradan bir hikayeyi, farkında olmadan 'Neden? Nasıl? Ne zaman?' diyerek çapraz sorguya çeker.

Duygusal Tahribat

Ailesini 'verimsiz bir proje', sosyal ilişkileri ise 'iyileştirilmesi gereken bir süreç' gibi eleştirmeye başlar.

Bu bir suç değil, uzun süreli maruziyetin (exposure) getirdiği görünmez bir mesleki deformasyondur.

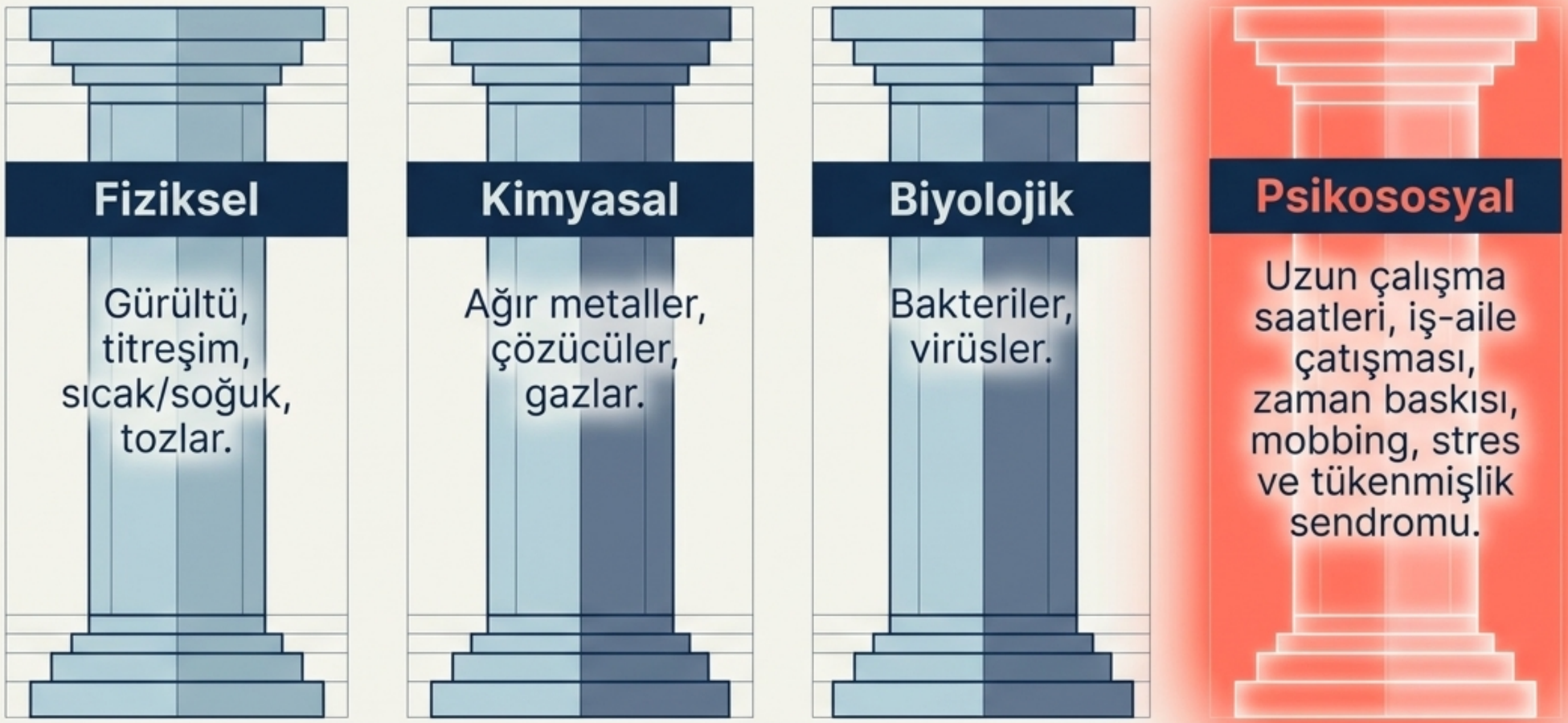
Gemini Notebook

Mesleki Deformasyon Spektrumu

Meslek (Rol)	Mesleki Zihin Yapısı (Yüzey)	Psikososyal Sızıntı (Derinlik)
Kaizen / İş Etüdü Uzmanı	Sürekli optimizasyon ve hata tespiti (5N 1K).	Aile üyelerini sürekli eleştirme, sosyal ilişkilerde yorucu bir “verimlilik” beklentisi.
Denetçi / Müfettiş	Kronik şüphecilik ve kanıt arama.	Günlük sohbetleri çapraz sorguya çevirme, kimseye güvenememe.
Acil Servis Hemşiresi	Kriz anında klinik soğukkanlılık.	Duyarsızlaşma (Desensitization), sevdiklerinin acılarına karşı empati yorgunluğu.
Müşteri Temsilcisi	Şikayetler karşısında sürekli pozitif kalma.	‘Toksik Pozitiflik’, evde gerçek duygularını yaşayamama ve içsel tükenmişlik (Burnout).

Gemini Notebook

İSG'nin Dördüncü Sütunu: Psikososyal Riskler



Fiziksel bir kaza anında **kanar.** Psikososyal bir kaza ise yavaşça sızar. Etkisini yıllar sonra, depresyon, kronik yorgunluk veya parçalanmış sosyal ilişkiler olarak gösterir.

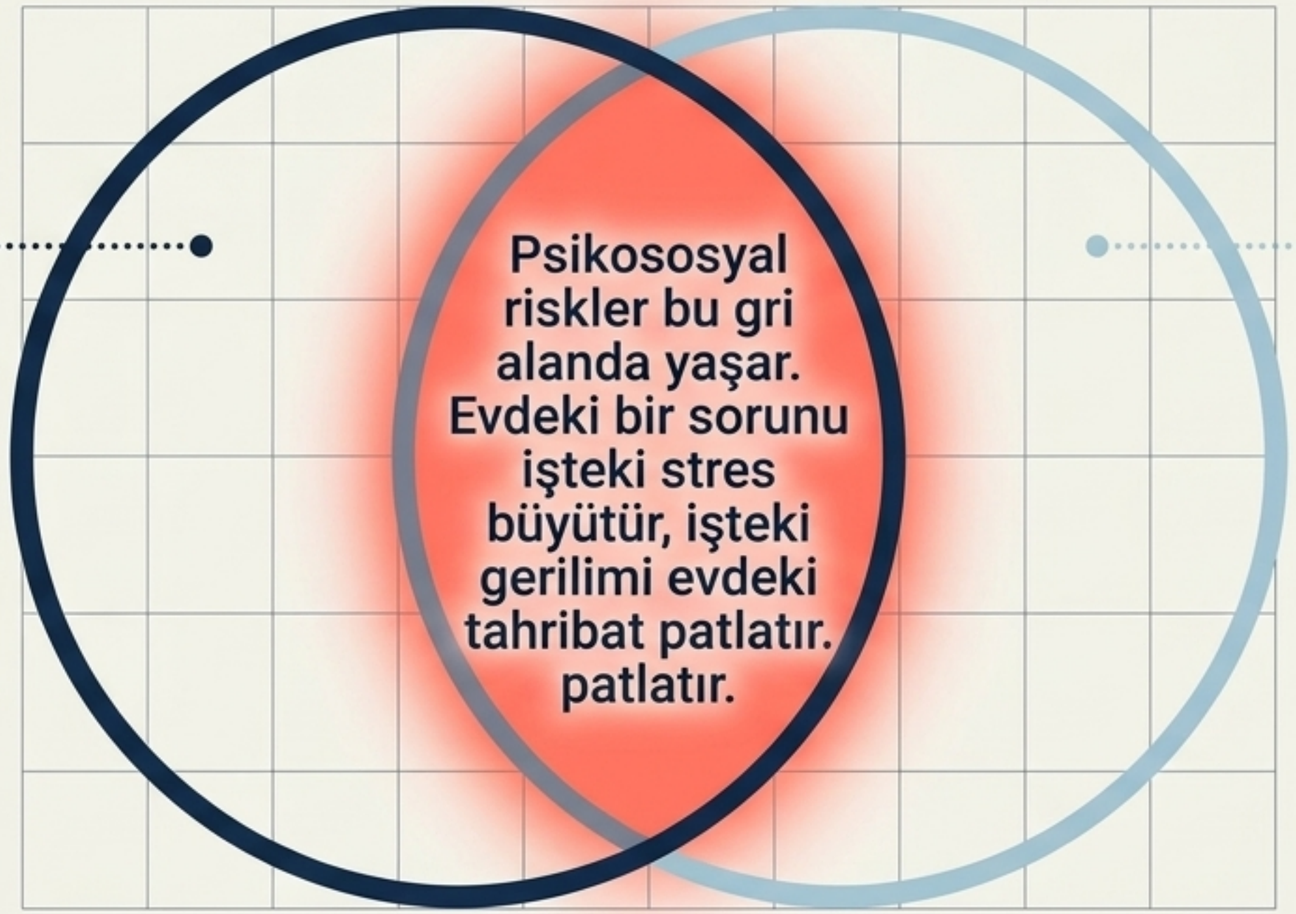
Gemini Notebook

Meslek Hastalığı mı, İşle İlgili Hastalık mı?

Meslek Hastalığı

Hastalığın tek veya asli nedeni iştir.

Örn: Silikozis, Asbestoz. Çalışma ortamı olmadan bu hastalık var olamaz.



İşle İlgili Hastalık

İş, ana neden değildir ancak kolaylaştırıcı veya hızlandırıcıdır. Kalp-damar hastalıkları, kas-iskelet sorunları, kronik stres.

Gemini Notebook

Kuluçka Süresi: Tehlikenin Sessiz İlerleyişi



Bir hastalığın belirti vermemesi, o an bedeninize veya zihninize işlenmediği anlamına gelmez. Maruziyet (exposure) her gün birikmektedir.

Gemini Notebook

İstatistiklerin Arkasındaki Gerçek

Avrupa ölümlü kaza oranı:

%1.66

Türkiye ölümlü kaza oranı:

%6.22

(Kaynak: Eurostat)

Soru: Kaza oranımız bu kadar yüksekken, neden resmi meslek hastalığı oranlarımız Avrupa'nın çok altında?



681.401 raporlanmış kaza (SGK), ancak meslek hastalıkları istatistiksel bir hayalet olarak kalıyor.

Gemini Notebook

Kayıp Veri Hunisi: Neden Göremiyoruz?



Gerçekte olanın sadece çok küçük bir kısmı sisteme "Meslek Hastalığı" olarak yansıyor.

Gemini Notebook

Psikolojik Bariyer: Kadercilik Algısı

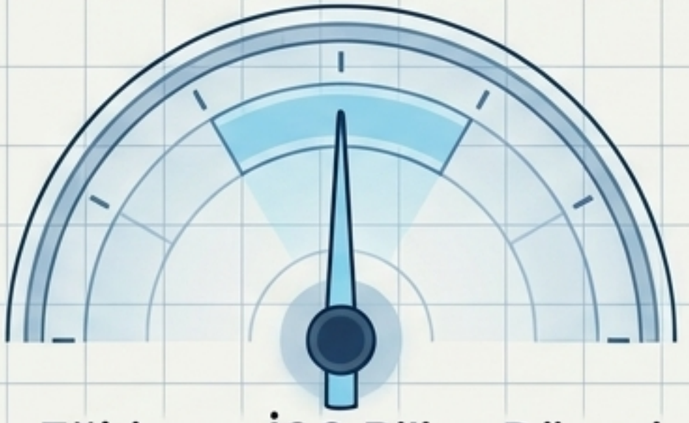
Ardahan ve Harran Üniversitelerinde yapılan saha araştırmaları çarpıcı bir gerçeği ortaya koyuyor:

Çalışanlarda İSG **farkındalığı arttıkça**, içsel ve dışsal motivasyon doğrudan artıyor.

Ancak, “kazalar aniden olur” veya “başıma ne geleceği şans meselesidir” şeklindeki Kaderci yaklaşım, çalışanların koruyucu önlem almasını engelliyor.



Kadercilik Algısı (Fatalism)



Eğitim ve İSG Bilinç Düzeyi

Güvenlik kültürü, kaderciliğin bittiği yerde başlar.

Gemini Notebook

Paradigmayı Değiştirmek: Kazayı Beklemekten Vazgeçmek

Reaktif (Artçı) Yaklaşım

Sadece kaza olduktan veya hastalık teşhis edildikten sonra harekete geçmek. Tazminat ve tedavi odaklı.

Proaktif (Öncü) Yaklaşım

Hastalık belirti vermeden risk haritaları çıkarmak, işyerindeki psikososyal yükü (zaman baskısı, mobbing, iş yükü) ölçmek.

Düzenli sağlık gözetimi → Mesleki anamnez → Ergonomik ve psikolojik değerlendirmeler.

Gemini Notebook

İşyeri Hekimi ve İSG Uzmanının Kritik Rolü



Doğru Soruyu Sormak (Anamnez)

Çalışanın sadece boğazına değil, çalışma şartlarına bakmak. “Mesleğiniz nedir?” sorusunu genel bir rutine bağlamak.



Hedef Organ Taraması

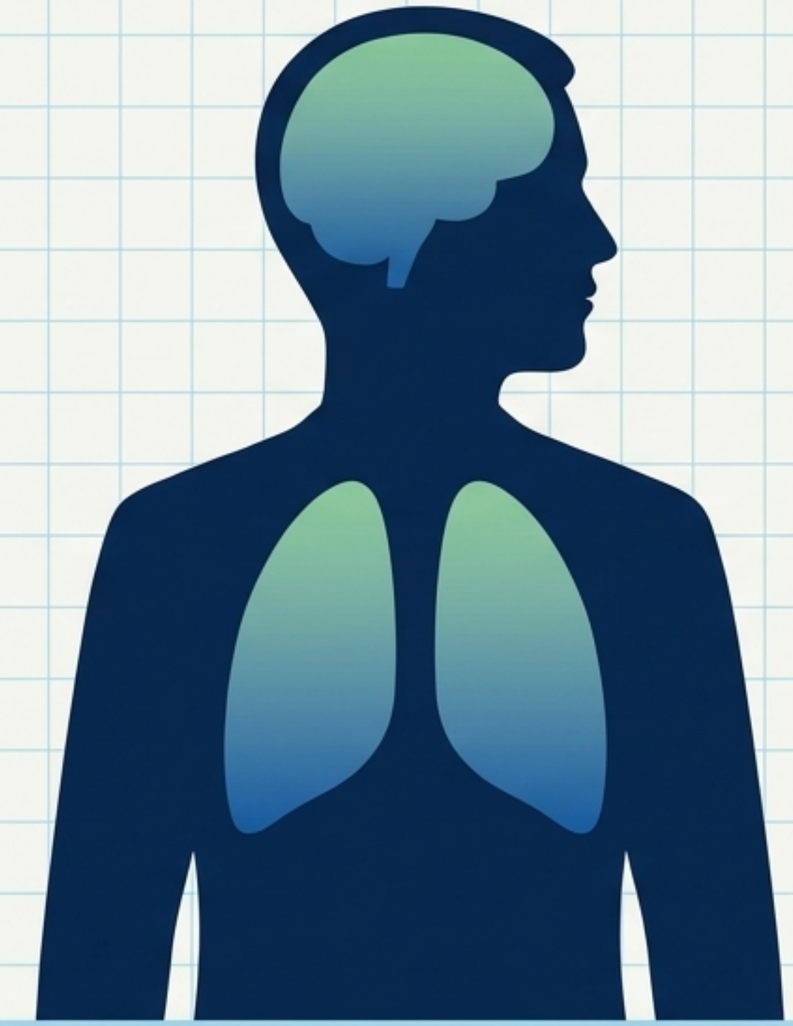
Solunum testleri (Spirometri), işitme testleri (Odyometri) ve biyolojik izleme programlarını sistematik olarak uygulamak.



İşe Dönüş ve Uyum

Bir sağlık sorunu tespit edildiğinde, çalışanı aynı riskli ortama değil, yetkinliğine uygun yeni bir pozisyona yerleştirmek (Ergonomik ve Psikososyal entegrasyon).

Gemini Notebook



Gerçek İSG Farkındalığı

İş sağlığı ve güvenliği; sadece çalışanların bedenlerini makinelere ve kimyasallara karşı korumak değildir. İSG, bir Kaizen uzmanının ailesiyle huzurla yemek yiyebilmesini, bir hemşirenin sevdiklerine empatiyle sarılabilmesini sağlamaktır.

Kurumlar, çalışanların sadece bedenini değil, zihnini, ruhunu ve sosyal ilişkilerini de 'işin yürütüm şartlarından' korumakla yükümlüdür. İşletmenizin röntgenini çekmeye hazır mısınız?

Gemini Notebook