

# Elle Taşıma

## Standard



## İçindekiler

1	Giriş .....	3
2	Gereklilikler .....	3
3	Kişisel Koruyucu Donanım .....	4
4	Tıbbi uygunluk ve müdahale .....	4
5	Risk değerlendirme ve planlama .....	4
5.1	Kaldırma .....	4
5.2	Kontrol .....	5
6	Eğitim.....	6
7	İzleme ve denetleme .....	6
8	Değişiklik bilgisi .....	6

© Ericsson AB 2021

Tüm hakları saklıdır. Bu belgedeki bilgiler Ericsson'un mülkiyetindedir. Bu belgedeki bilgiler önceden bilgilendirmeksizin değiştirilebilir ve Ericsson maddi hatalar veya baskı hataları için hiçbir sorumluluk üstlenmemektedir.



## 1

### Giriş

Bu standart, bu tür işleri doğrudan veya dolaylı olarak gerçekleştirebilecek kişilerin sağlık ve güvenliğinin tehlikeye atılmamasını sağlamak üzere malların elle taşınmasına yönelik asgari gereklilikleri açıklar.

Gereklilikler, malların elle taşınmasını içeren tüm uygun iş faaliyetlerine uygulanmalıdır (örneğin, kaldırma, indirme, itme, çekme, taşıma, tutma). Kimyasal kullanımı bu standarda dahil değildir, [Kimyasalla çalışma](#) standardında ayrıca açıklanmıştır.

Yerel mevzuatın bu standarttaki gereklilikleri aşması durumunda, yerel mevzuatın gereklilikleri uygulanmalıdır.

## 2

### Gereklilikler

Elle taşıma işleri gerçekleştirilirken aşağıdaki gerekliliklere uyulmalıdır:

- Elle taşıma faaliyetleri, çalışanları veya diğerlerini kabul edilemez bir risk altına sokmamalıdır,
- Hamile olan veya kas iskelet sistemi rahatsızlığı olan çalışanlar elle taşıma faaliyetlerinde bulunmamalıdır,
- Mekanik taşıma donanımı, kullanmak için yetkili ve eğitilmiş bir kişi tarafından mümkün olduğu kadar kullanılmalıdır,
- Elle taşıma yapılacak işler iptal edilemiyorsa önlenemeyen herhangi bir elle taşımadan kaynaklanan yaralanma riski değerlendirilmeli ve makul şekilde uygulanabilir olduğu ölçüde, elle taşımadan kaynaklanan yaralanma riski azaltılmalıdır,
- Kontrol önlemlerinin veya çözümünün etkinliği gözden geçirilmelidir,
- İlgili faaliyetlerin başkalarını riske atmadığından emin olmak için özen gösterilmelidir,
- Tek bir kişi asla tek başına ağır yükleri kaldırmaya çalışmamalıdır,
- İki veya daha fazla kişi bir yükü kaldırdığında, tüm kişilerin eşit pay almasını ve ekibin birlikte çalışmasını sağlamak için ekipten biri talimat vermek üzere seçilmelidir,
- Çalışanlar tarafından giyilen giysiler, ayakkabılar vb. güvenli elle taşımayı engellememelidir; örneğin, kaygan eldivenlerden, hafif ayakkabılardan ve kaldırma sırasında takılabilecek bol giysilerden kaçınılmalıdır. Giysilerin çok sıkı olması nedeniyle hareketin sınırlanmadığından emin olunmalıdır,
- Yükleri elle taşınması gereken herkes, uygun elle taşıma eğitimi almalıdır.



### 3 Kişisel Koruyucu Donanım

İş için uygun koruyucu donanım giyilmelidir:

- ellerin kesilme riski olan yerlerde uygun kalitede eldivenler (ör. el becerisi ve kesilme direnci dikkate alınarak),
- koruyucu ayakkabılar ve
- güvenli elle taşımayı engellemeyen uygun giysiler (örneğin, kaldırma sırasında takılabileceği için bol giysilerden kaçınılmalıdır).

### 4 Tıbbi uygunluk ve müdahale

Yasal olarak uygun olduğu sürece çalışanların sağlık durumları yerel risk değerlendirmelerinin parçası olmalıdır.

### 5 Risk değerlendirme ve planlama

Bir elle taşıma faaliyetinden kaçınılamadığı takdirde faaliyet, riskler açısından değerlendirilmelidir. Kaldırma, yaralanmalara yol açma olasılığı en yüksek olan elle taşıma yöntemidir ve risk değerlendirmesinde nelerin dikkate alınacağına dair bir örnek olarak bu talimatta kullanılacaktır.

#### 5.1 Kaldırma

Elle taşıma kaldırmayı içerdiğinde, risk değerlendirmesi dört faktörü içermelidir: görev, yük, çalışma ortamı ve bireysel yetenekler.

Çalışanların yükü ele alırken ihtiyaç duydukları hareketlere odaklanan iş aşağıdaki bakış açılarından değerlendirilebilir:

- yükün kaldırıldığı, taşındığı veya indirildiği yükseklik,
- görevin tekrarı,
- iş oranı,
- taşıma mesafesi,
- izin verilen dinlenme molaları ve
- eğilme (bacakları düz tutarken geriye doğru bükülme), bükme (ayaklar hareketsiz dururken omuzları döndürme), yükü dikey bir mesafeden kaldırma, omuz yüksekliğinin üzerine uzanma, yükü gövdelerinden uzakta tutma vb. ters duruşlar.

İşlenen yük ile anlatılan yük, aşağıdaki bakış açılarından değerlendirilebilir:

- ağırlık,
- boyut,
- şekil ve kenarlar,
- stabilite,



- ağırlık merkezi,
- tutamaç mevcudiyeti,
- sıcaklık,
- diğer tehlikeler.

Taşımanın nerede gerçekleştiğine odaklanan **çalışma ortamı** aşağıdaki bakış açılarından değerlendirilebilir:

- mevcut çalışma alanıyla ilgili kısıtlamalar,
- zemin yüzeyi ve zemin seviyesindeki değişiklikler,
- ışık seviyesi,
- sıcaklık ve nem.

Taşıma faaliyetini yürüten çalışana odaklanan **bireysel yetenekler** aşağıdaki bakış açılarından değerlendirilebilir:

- çalışanların ihtiyaç duyduğu olağan dışı yetenek (örneğin, olağan dışı güç, dayanıklılık, boyut veya teknik) ve
- hamile kadınlar veya sırt, tendon, bağ veya kas yaralanması olan çalışanlar gibi savunmasız kişiler için önemli risk.

## 5.2

### Kontrol

Elle taşıma riskinin kontrolü, aşağıdaki kontrol hiyerarşisi kullanılarak sağlanabilir:

- taşıma faaliyetinin otomasyonu veya mekanizasyonu ile elle taşımanın ortadan kaldırılması,
- elle taşımayı ortadan kaldırmayan ancak çok daha kolay hale getiren taşıma yardımcılarını kullanmak,
- görevi aşağıdaki şekilde değiştirmek:
  - çalışanların görevi yerine getirmesi gereken süreyi en aza indirmek için sık dinlenme molaları veya iş rotasyonu uygulayarak tekrarlayan işlemleri kontrol etmek,
  - iş istasyonunun düzenini değiştirerek eğilme, bükülme vb. gibi ters duruşları ortadan kaldırmak,
  - yer seviyesinden kaldırmayı önlemek amacıyla yükü bel yüksekliğine getirmek için bir masa veya yükselti kullanarak.
- yükü aşağıdaki şekilde değiştirmek:
  - ağır bir yükü daha küçük parçalara ayırmak,
  - büyük, hacimli bir yükün işlenmesi gelmek için tek kişi yerine birkaç çalışmanı kullanmak,
  - dengesiz bir yükü sabitleyerek veya bir konteynere koyarak stabilize etmek,
  - çalışanların ağırlık merkezinin nerede olduğunu görebilmesi için merkez dışı bir ağırlık merkezi ile bir yükü işaretlemek,



- kavraması zor yüklerle tutacak takmak.
- çevreyi aşağıdaki şekilde değiştirerek:
  - taşıma etkinliği için daha fazla alan sağlamak için çalışma alanını yeniden düzenlemek,
  - hareket ettirmek ve istiflemek için düz olmayan bir zeminin tesviye edilmesi,
  - yetersiz aydınlatılmış bir yerde ek aydınlatma sağlamak.
- bireysel kapasitelerin faaliyetle eşleştirilmesini sağlamak. Örneğin, faaliyet alışılmadık bir yetenek gerektiriyorsa çalışanların bu beceriye sahip olması gerekir; bir teknik gerekiyorsa çalışanlar bu tekniği geliştirmeleri için eğitilmelidir.

## 6 Eğitim

Elle taşıma eğitimi, çalışanlara riskleri tanıma ve görevleri yerine getirmenin en iyi yoluna karar verme becerisi sağlamalıdır.

## 7 İzleme ve denetleme

Bu standarda bağlılık, aşağıdakilerin gözden geçirilip kayıtlarının tutulmasıyla izlenecektir:

- kaza istatistikleri,
- sigorta hasar raporları,
- Eğitim ve
- kontrol önlemlerinin veya çözümlerinin etkinliğinin değerlendirilmesi.

## 8 Değişiklik bilgisi

Son revizyondan sonraki değişikliklerin özeti:

- 1 Giriş yeniden yazıldı
- 2 Gereklilikler yeniden yazıldı ve içerik eklendi
- 3 Tıbbi uygunluk ve müdahale eklendi
- 4 Risk Değerlendirme ve planlama yeniden yazıldı ve içerik eklendi