

# ΥΓΙΕΙΝΗ ΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ  
ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ



# Υγιεινή της Εργασίας είναι:

- η προάσπιση και προαγωγή της υγείας στον ψηλότερο βαθμό της φυσικής, ψυχικής και κοινωνικής ευεξίας των εργαζομένων σ' όλα τα επαγγέλματα.

- Διεθνές Γραφείο Εργασίας (Ι.Λ.Ο.)

# Η Υγιεινή της Εργασίας στοχεύει:

- στην αναγνώριση και έλεγχο όλων των **χημικών, φυσικών, μηχανικών, βιολογικών και ψυχολογικών** παραγόντων στο χώρο της εργασίας, οι οποίοι είναι γνωστό ή υπάρχει υποψία ότι είναι επικίνδυνοι για την υγεία των εργαζομένων,
- στην εξασφάλιση ότι οι φυσικές και πνευματικές απαιτήσεις που επιβάλλονται στους εργαζόμενους στο χώρο της εργασίας τους είναι κατάλληλα προσαρμοσμένες στις ατομικές ανατομικές, φυσιολογικές και ψυχολογικές ικανότητες, ανάγκες και περιορισμούς και,
- στην παροχή αποτελεσματικών μέτρων για την προστασία αυτών που είναι ιδιαίτερα ευάλωτοι σε δύσκολες συνθήκες εργασίας.

# ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

ή Νοσηλευτική Επαγγελματικής Υγείας είναι η εφαρμογή της νοσηλευτικής πρακτικής και των ενεργειών της δημόσιας υγείας, με σκοπό τη διατήρηση, προαγωγή και αποκατάσταση της υγείας ατόμων και ομάδων μέσα στο χώρο απασχόλησής τους (Brown, 1983).

# ΠΕΡΙΓΡΑΦΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Αντιμετώπιση της ασθένειας και του ατυχήματος, που οφείλονται ή συμβαίνουν κατά τη διάρκεια της εργασίας.

Προαγωγή της υγείας στο χώρο της εργασίας:

- α) παρακολούθηση της υγείας των εργαζομένων,
- β) πρόληψη της ασθένειας και του ατυχήματος,
- γ) αγωγή υγείας και συμβουλευτική υγείας,
- δ) έλεγχος και παρακολούθηση των παραγόντων που επηρεάζουν την υγεία στο περιβάλλον της εργασίας και,
- ε) προστασία της υγείας.

Διοίκηση της νοσηλευτικής υπηρεσίας στα πλαίσια της υγιεινής της εργασίας.

Συμμετοχή στα όργανα του χώρου εργασίας που ευθύνονται για την υγιεινή και την ασφάλεια.

Συμμετοχή στην εκπαίδευση των εργαζομένων και των στελεχών υγιεινής και ασφάλειας της εργασίας.



## ΣΚΟΠΟΣ ΟΡΓΑΝΩΣΗΣ ΚΑΙ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ ΠΑΡΟΧΗΣ ΠΡΩΤΩΝ ΒΟΗΘΕΙΩΝ ΣΤΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

- Η πρόληψη του ατυχήματος.
- Η αντιμετώπιση του ατυχήματος και της αιφνίδιας ασθένειας.
- Η προστασία του περιβάλλοντος και των κατοίκων από ένα εκτεταμένο ατύχημα.
- Η εφαρμογή των διεθνών συμβάσεων και της εθνικής νομοθεσίας για την κάλυψη των αναγκών των εργαζομένων στους χώρους εργασίας.



# ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΤΟΥ ΧΩΡΟΥ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ ΠΑΡΟΧΗΣ ΠΡΩΤΩΝ ΒΟΗΘΕΙΩΝ

- Αριθμός εργαζομένων συνολικά, κατά τμήμα και ωράριο εργασίας.
- Αριθμός εργαζομένων με ειδικές ανάγκες (καρδιοπαθείς, διαβητικοί, κλπ.), με σεβασμό στο ιατρικό απόρρητο.
- Χωροταξική διάρθρωση του χώρου εργασίας.
- Ειδικοί κίνδυνοι που προέρχονται από την παραγωγική διαδικασία ή τον τρόπο εργασίας συνολικά και κατά τμήμα.
- Επικίνδυνες θέσεις εργασίας.
- Εκπαίδευση του προσωπικού.
- Απόσταση χώρου εργασίας από την πλησιέστερη υπηρεσία παροχής πρώτων βοηθειών.
- Τρόπος μεταφοράς ασθενή ή τραυματία.



# ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ ΠΑΡΟΧΗΣ ΠΡΩΤΩΝ ΒΟΗΘΕΙΩΝ

Α- ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΥΝΕΡΓΕΙΟΥ

Β- ΕΠΙΠΕΔΟ ΙΑΤΡΕΙΟΥ  
ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗΣ

Γ- ΕΠΙΠΕΔΟ ΔΙΑΣΥΝΔΕΣΗΣ ΜΕ  
ΚΡΑΤΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΠΡΩΤΩΝ  
ΒΟΗΘΕΙΩΝ (ΣΑΒ-ΙΚΑ, Κ.Υ.,  
Νοσοκομείο).

# ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΥ ΣΤΗΝ ΠΑΡΟΧΗ ΠΡΩΤΩΝ ΒΟΗΘΕΙΩΝ

1. Επιλογή,
2. Εκπαίδευση μέσα στο χώρο εργασίας από το προσωπικό της υπηρεσίας Υγιεινής της Εργασίας (Νοσηλεύτη, Γιατρό),
3. Εκπαίδευση στα ειδικά σεμινάρια του Ε.Ε.Σ. (ταχύρυθμα, Σαμαρειτών),
4. Ενημέρωση όλων των εργαζομένων για τους πιθανούς κινδύνους και εκπαίδευση στην αντιμετώπισή τους.

# ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΣΤΗΝ ΠΑΡΟΧΗ ΠΡΩΤΩΝ ΒΟΗΘΕΙΩΝ

1. Αντιμετώπιση αιμορραγιών και τραυμάτων.
2. Εγκαύματα (χημικά, θερμικά, κλπ.).
3. Κατάγματα, ακινητοποίηση.
4. Μεταφορά ασθενών και τραυματιών.
5. Ειδικοί εργασιακοί κίνδυνοι, π.χ. δηλητηριάσεις από φυτοφάρμακα, διαρροή αερίων, κλπ.

# ΠΕΡΙΓΡΑΦΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

- Αντιμετώπιση της ασθένειας και του ατυχήματος, που οφείλονται ή συμβαίνουν κατά τη διάρκεια της εργασίας.
  - Προαγωγή της υγείας στο χώρο της εργασίας:
    - α) παρακολούθηση της υγείας των εργαζομένων,
    - β) πρόληψη της ασθένειας και του ατυχήματος,
    - γ) αγωγή υγείας και συμβουλευτική υγείας,
    - δ) έλεγχος και παρακολούθηση των παραγόντων που επηρεάζουν την υγεία στο περιβάλλον της εργασίας και,
    - ε) προστασία της υγείας.
  - Διοίκηση της νοσηλευτικής υπηρεσίας στα πλαίσια της υγιεινής της εργασίας.
  - Συμμετοχή στα όργανα του χώρου εργασίας που ευθύνονται για την υγιεινή και την ασφάλεια.
- Συμμετοχή στην εκπαίδευση των εργαζομένων και των στελεχών υγιεινής και ασφάλειας της εργασίας.

# ΠΡΟΑΓΩΓΗ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΣΤΟ ΧΩΡΟ ΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

*είναι η διαδικασία που δίνει τη δυνατότητα στους εργαζόμενους να ελέγχουν και να βελτιώνουν την υγεία τους (WHO, 1986).*

Η προαγωγή της υγείας του ατόμου στο πλαίσιο της υγιεινής και ασφάλειας της εργασίας εστιάζει:

- στην ενδυνάμωση του ατόμου ώστε να επιλέγει έναν υγιέστερο τρόπο ζωής.
- στη δημιουργία περιβάλλοντος εργασίας που προάγει την υγεία των εργαζόμενων.
- στην αφαίρεση των εμποδίων για υγεία στο χώρο εργασίας.
- στη βελτίωση του ψυχοκοινωνικού περιβάλλοντος εργασίας.

# ΣΚΟΠΟΙ ΤΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΣΤΟ ΧΩΡΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

- Η διατήρηση και προαγωγή της υγείας των εργαζομένων.
- Η απόκτηση υγιεινών συνηθειών και στάσεων.
- Η αλλαγή συμπεριφοράς σε θέματα υγείας.
- Η εκπαίδευση υγείας.
- Η αποκατάσταση της υγείας.

# ΠΟΙΟΙ ΕΜΠΛΕΚΟΝΤΑΙ

- γιατροί εργασίας
- νοσηλευτές επαγγελματικής υγείας
- ειδικοί υγιεινής και ασφάλειας της εργασίας
- ειδικοί αγωγής υγείας
- στελέχη επιχειρήσεων ειδικοί στις οργανωτικές αλλαγές
- εργαζόμενοι, συνδικαλιστές και εκπρόσωποι των εργαζομένων στις επιτροπές υγιεινής και ασφάλειας της εργασίας.



# ΜΕΘΟΔΟΙ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΣΤΟ ΧΩΡΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

- Διαλέξεις για συγκεκριμένα θέματα υγείας σε ομάδες εργαζομένων.
- Προβολές ταινιών και video.
- Συζήτηση με συγκεκριμένο θέμα σε ομαδική ή ατομική βάση.
- Συμβουλευτική.
- Διανομή φυλλαδίων, τρυκ, κλπ.
- Ενημέρωση μέσω αφισών, ανακοινώσεων, κλπ.

# ΘΕΜΑΤΑ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΣΕ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΥΣ

- Κάπνισμα και κίνδυνοι που προέρχονται απ' αυτό
- Προστασία παθητικών καπνιστών
- Γυναίκα, εγκυμοσύνη, κάπνισμα
- Αντικαρκινικός αγώνας
- Προληπτικές εξετάσεις, π.χ. Pap-test, αυτοεξέταση μαστού, αυτοεξέταση όρχεων, haemocult-test, κλπ.
- Αλκοολισμός & άλλες εξαρτησιογόνες ουσίες
- Υγιεινή διατροφή, άσκηση, φυσική κατάσταση
- Οικογενειακός προγραμματισμός: αντισύλληψη, σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα, AIDS, κληρονομικά νοσήματα, κλπ.
- Εκπαίδευση ειδικών ομάδων εργαζομένων, π.χ. διαβητικών, επιληπτικών, εργαζομένων με κολοστομία, κλπ.
- Εμβολιασμοί

# ΠΕΡΙΓΡΑΦΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

- Αντιμετώπιση της ασθένειας και του ατυχήματος, που οφείλονται ή συμβαίνουν κατά τη διάρκεια της εργασίας.
  - Προαγωγή της υγείας στο χώρο της εργασίας:
    - α) παρακολούθηση της υγείας των εργαζομένων,
    - β) πρόληψη της ασθένειας και του ατυχήματος,
    - γ) αγωγή υγείας και συμβουλευτική υγείας,
    - δ) έλεγχος και παρακολούθηση των παραγόντων που επηρεάζουν την υγεία στο περιβάλλον της εργασίας και,
    - ε) προστασία της υγείας.
  - Διοίκηση της νοσηλευτικής υπηρεσίας στα πλαίσια της υγιεινής της εργασίας.
  - Συμμετοχή στα όργανα του χώρου εργασίας που ευθύνονται για την υγιεινή και την ασφάλεια.
- Συμμετοχή στην εκπαίδευση των εργαζομένων και των στελεχών υγιεινής και ασφάλειας της εργασίας.

# ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ, ΠΡΟΛΗΨΗ ΚΑΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΑΣΘΕΝΕΙΑΣ - ΑΤΥΧΗΜΑΤΟΣ

- Α- Έγκαιρη αναζήτηση του βαθμού έκθεσης σε κάποιο βλαπτικό παράγοντα, πριν την εκδήλωση της βλάβης.
- Β- Αναζήτηση βλαβών υγείας που σχετίζονται με το περιβάλλον εργασίας.
  - με τις υποχρεωτικές εξετάσεις
  - με εξετάσεις κατά την κρίση του γιατρού.
- Γ- Αξιολόγηση των γενικότερων επιδράσεων της εργασίας, π.χ. ψυχοκοινωνικές καταστάσεις.
- Δ- Διάγνωση βλαβών υγείας του εργαζομένου, που θα μπορούσαν να βλάψουν άλλους εργαζομένους ή και το κοινό.
- Ε- Εφαρμογή προγραμμάτων έγκαιρης διάγνωσης - Δευτερογενής πρόληψη (Δεν είναι υποχρεωτικά).
- ΣΤ- Προγράμματα πρωτογενούς πρόληψης μη υποχρεωτικού χαρακτήρα, π.χ. εμβολιασμοί.

## Η Παρακολούθηση, Πρόληψη και Αντιμετώπιση γίνεται κατά τις:

Επισκέψεις μετά την πρόσληψη και πριν την τοποθέτηση στην εργασία.

Περιοδικές επισκέψεις

- \* για υποχρεωτικές εξετάσεις,
- \* για προληπτικές εξετάσεις γενικού χαρακτήρα,
- \* για εξετάσεις παρακολούθησης.

Επισκέψεις μετά από ασθένεια ή ατύχημα.

Αυθόρμητες επισκέψεις.

ΤΟ ΙΑΤΡΙΚΟ ΑΠΟΡΡΗΤΟ  
ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ  
ΔΙΑΣΦΑΛΙΖΕΤΑΙ  
ΣΕ ΚΑΘΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ



## Εξετάσεις που μπορεί να περιλαμβάνει ο έλεγχος της υγείας τους εργαζομένου πριν την τοποθέτηση στην εργασία και περιοδικά:

- ✓ Ατομικό και οικογενειακό ιστορικό
- ✓ Ιστορικό προηγούμενης εργασίας
- ✓ Σωματομετρικοί δείκτες
- ✓ Εξέταση ούρων
- ✓ Μέτρηση αρτηριακής πίεσης
- ✓ Μέτρηση οπτικής οξύτητας
- ✓ Έλεγχος χρωματοψίας
- ✓ Ηλεκτροκαρδιογράφημα
- ✓ Ακοομέτρηση
- ✓ Σπυρομέτρηση
- ✓ Ακτινογραφία θώρακα
- ✓ Προσδιορισμός βιοχημικών παραμέτρων στο αίμα
- ✓ Αντιτετανικός εμβολιασμός
- ✓ Κλινική εξέταση



# ΠΕΡΙΓΡΑΦΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

- Αντιμετώπιση της ασθένειας και του ατυχήματος, που οφείλονται ή συμβαίνουν κατά τη διάρκεια της εργασίας.
- Προαγωγή της υγείας στο χώρο της εργασίας:
  - α) παρακολούθηση της υγείας των εργαζομένων,
  - β) πρόληψη της ασθένειας και του ατυχήματος,
  - γ) αγωγή υγείας και συμβουλευτική υγείας,
  - δ) έλεγχος και παρακολούθηση των παραγόντων που επηρεάζουν την υγεία στο περιβάλλον της εργασίας και,
  - ε) προστασία της υγείας.
- Διοίκηση της νοσηλευτικής υπηρεσίας στα πλαίσια της υγιεινής της εργασίας.
- Συμμετοχή στα όργανα του χώρου εργασίας που ευθύνονται για την υγιεινή και την ασφάλεια.
- Συμμετοχή στην εκπαίδευση των εργαζομένων και των στελεχών υγιεινής και ασφάλειας της εργασίας.