

ALANYA ALAADDİN KEYKUBAT ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ

Spor Performans Laboratuvarı Güvenliği Kuralları Formu

Bu formun amacı, Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi bünyesinde araştırma ve geliştirme çalışmaları yapan öğrenci, öğretim görevlisi, öğretim elemanının belirlenen usul ve esaslara uygun bir şekilde çalışmalarını ve gerekli güvenlik önlemlerinin alınmasını sağlamaktır.

Bu form, bölümümüzde gerçekleştireceğiniz laboratuvar uygulamalarında, dikkat etmeniz gereken kuralları ve karşılaşılabileceğiniz herhangi bir kaza durumunda nasıl davranmanız gerektiği konusunda bilgi vermektedir. Bu formu dikkatlice okumak ve burada yazan kurallara göre hareket etmek sizin ve çevrenizdeki kişilerin laboratuvar içindeki güvenliğinin sağlanması açısından çok önemlidir.

BÖLÜM 1: LABORATUVARLARDAYOLMASI GEREKEN GENEL KURALLAR

1. Laboratuvarların ciddi çalışma yapılan bir ortam olduğu hiçbir zaman akıldan çıkarılmamalı ve laboratuvarlarda düzeni bozacak veya tehlikeye yol açabilecek şekilde hareket edilmemelidir.
2. Sözlü/yazılı bütün kurallara dikkatle uyulmalıdır.
3. Laboratuvarlarda asla tek başına, izinsiz çalışılmamalıdır. Her türlü deney ve analiz hafta içi mesai saatleri içinde yapılmak üzere planlanmalıdır. Mesai saatleri dışında ve hafta sonları laboratuvarlarda çalışmak isteyenlerin ALKÜ yönetiminden resmi izin alması gerekmektedir, aksi takdirde laboratuvarda çalışması mümkün değildir. Ayrıca hafta sonu ve mesai saatleri dışında laboratuvarda çalışmak için resmi izin alınmış olsa da danışman hoca olmadan laboratuvarda çalışılması yasaktır.
4. İzin alınmayan, hiçbir deney düzeneği ve malzeme kullanılmamalıdır.
5. Laboratuvara iş kıyafetleri ile girilmelidir. Palto, ceket, çanta vb. kişisel eşyaların laboratuvardaki askılara asılması gerekir.
6. Deri yoluyla hastalıkların bulaşma riskinden dolayı laboratuvar ortamında çalışılırken açık yaralar mutlaka yara bandı ile kapatılmalıdır.
9. Laboratuvarda asla şaka yapılmamalı, öğrenciler kendi aralarında sohbet etmemelidir. Bu hem tehlikeli hem de yasaktır.
10. Laboratuvarda yemek, içmek ve laboratuvar malzemelerinin bu amaçla kullanılması yasaktır. Laboratuvarda sigara içilmesi yasaktır.
11. Laboratuvarda çalışıldığı sürece çalışmanın özelliğine göre eldiven, gözlük, baret v.b. gözü ve cildi koruyan kişisel koruyucu donanımlar (KKD) kullanılmalıdır.
12. Kimyasal madde dökülmesine ve cam kırıklarına tedbir olarak daima kapalı ayakkabı giyilmelidir.
13. Uzun saçlar, sallantılı takılar ve bol elbiseler laboratuvar ortamında tehlikeye yol açacaklarından dolayı; uzun saçlar arkada toplanmalı, sallantılı takılar çıkarılmalı, bol elbise giyilmemelidir.
14. Laboratuvarda yüze dokunmadan önce eller su ve sabun ile yıkanmalıdır.
15. Deneysel çalışma bittikten sonra kullanılan malzemelerin, deney düzeneğinin ve deney tezgâhının temizliği gereken özenle yapılmalıdır. Eller su ve sabun ile yıkanmalıdır.
16. Laboratuvarda tercihen kontak lens kullanılmamalıdır.

BÖLÜM 2: KİMYASAL MADDE İLE ÇALIŞIRKEN UYULMASI GEREKEN GENEL KURALLAR

17. Laboratuvarda bulunan bütün kimyasallar tehlike içerirler. Bu nedenle kesinlikle kimyasallara çıplak elle dokunulmamalı, tadına bakılmamalı ve koklanmamalıdır.
18. Laboratuvarlarda içinde kimyasal madde olan hiçbir kap etiketsiz olmamalıdır. Kullanmadan önce etiket dikkatlice okunmalıdır.
19. Kimyasallar bir kaptan başka bir kaba aktarıldığında yeni kabın etiketlenmesi unutulmamalıdır.
20. Asitler suya azar azar ilave edilmelidir. Kesinlikle asidin üzerine su ilave edilmemelidir. Pipet ile sıvı çekilirken asla ağız kullanılmamalıdır. Bunun yerine puar v.b. cihaz kullanılmalıdır.
21. Kimyasal maddeler hiçbir zaman laboratuvar dışına çıkarılmamalıdır.
22. Şişesinden alınan kimyasallar kullanılsa bile hiçbir zaman tekrar orijinal şişesine konulmamalıdır.
23. Alev alıcı sıvılar kullanılacakları kadar kapalı bir kap içerisinde deney tezgâhı üzerinde bulunmalı ve ısı kaynaklarından (bek alevi, elektrikli ısıtıcı vb.) uzak tutulmalıdır.
24. Kimyasal atıklar direktiflere uygun olarak muhafaza edilmelidir. Lavabolara ve başka yerlere kesinlikle kimyasal madde dökülmemelidir.
25. Zehirli buharları ve gazları solumaktan kaçınılmalıdır. Bu tür maddeler ile derişik asit, baz ve uçucu çözücülerle çalışırken çeker ocak kullanılmalıdır.

26. Laboratuvarın bir yerinden başka bir yerine kimyasal madde taşırken dikkatli ve güvenli bir şekilde taşınmalıdır.

BÖLÜM 3: CAM MALZEME İLE ÇALIŞIRKEN UYULMASI GEREKEN GENEL KURALLAR

27. Cam eşyaları kullanırken kırık ve keskinlikler içerenler kullanılmamalıdır.
28. Termometre, pipet vb. yuvarlanabilecek cam eşyalar laboratuvar tezgâhı üzerine yere düşmelerini önleyecek şekilde konulmalıdır.
29. Cam boru, termometre vb. malzemeleri mantara yerleştirmeden önce kayganlaştırıcı madde kullanılmalıdır. Ani kırılmalara karşı çok dikkatli olmalı aşırı kuvvet uygulamamalı ve kesinlikle eldiven giyilmelidir.
30. Sıcak cam malzeme soğuk ortam içerisine veya çalışma tezgâhının üzerine konulmamalıdır. Cam malzemenin çatlamasına veya kırılmasına neden olabilir. Soğuyuncaya kadar tahta maşa ile tutulmalıdır.
31. Soğuk ve sıcak camın görüntüleri aynı olduğundan ısıtılmış cam eşya gelişigüzel bir yere konulmamalıdır. Bir başkası bu cam eşyayı eline alabilir.
32. Kesinlikle kırık cam malzemelere çıplak elle dokunulmamalıdır. Kırılan cam malzemeler derhal süpürülüp, dikkatle uygun bir yere atılmalıdır. Kırık camlar, çöp kutusuna değil "kırık cam kutusuna" atılmalıdır.

BÖLÜM 4: AYGIT (CİHAZ) KULLANIMINDA UYULMASI GEREKEN GENEL KURALLAR

33. Cihazların kullanım yönergelerine mutlaka uyun. Kullanım yönergesi olmayan cihazları kullanmayın.
34. Ağır deney numunelerini kaldırmak ve yerleştirmek için forklift, vinç veya benzeri bir kaldırma aleti kullanın.
35. Çalışma alanınızın etrafına güvenlik şeridi yerleştirin, deney ile doğrudan ilgisi olmayan izleyicileri bu alanın dışında tutun.
36. Kullanılmadığı sürece elektrikli ısıtıcılar daima kapalı tutulmalıdır.
37. Isı cihazlarının sıcaklığı elle kontrol edilmemelidir.
38. Etüv veya fırın kullanırken yapılmış sıcaklık ayarı değiştirilmemelidir.
39. Plastik eldivenle etüv, fırın kullanılmamalıdır. Yüksek sıcaklıklarda çalışırken maşa kullanılmalıdır.
40. Çözücülerle yıkanan malzemeler, patlama riski nedeniyle kurutulmak üzere etüve konulmamalıdır.
41. Numune kaplarının ve maşanın fırın cidarına değmemesine özen gösterilmelidir.
42. Hassas terazi kullanılmadığı zamanlarda kapalı ve yüksüz olmalıdır. Hassas terazi üzerine veya etrafına kimyasal madde dökülmemesine özen gösterilmelidir.
43. Elektrikli aletlerin elektrik bağlantısı yapılırken ellerin tamamen kuru olmasına dikkat edilmelidir.
44. Kullanımı tam olarak bilinmeyen cihazlar kesinlikle kullanılmamalıdır.
45. Laboratuvarında kullanılan tüm malzemelerin tehlikeli olabilecekleri unutulmamalıdır.
46. Verilen talimatta aksi söylenmedikçe hiçbir kimyasala dokunulmamalı ve hiçbir kimyasal koklanmamalıdır.
47. Laboratuvarlardan izinsiz kimyasal ve malzeme çıkarmak kesinlikle yasaktır.
48. Herhangi bir acil duruma karşı güvenlik malzemeleri, çıkış kapılarının nerede olduğu ve acil durum esnasında ne yapılması gerektiği bilinmelidir.
49. Tüm kazalar (yangın vb.), yaralanmalar (yanık, kesik vb.) ve tehlikeli durumlar (hasar gören malzemeler vb.) mutlaka ilgili birime bildirilmelidir.
50. Çalışmanız esnasında meydana gelen atıkları, talimatlarda belirtilen atık kutularına atın.
51. Çalışma alanı her zaman düzenli ve temiz tutulmalıdır. Laboratuvara yalnızca çalışma kâğıtları ve yazılı yönergeler getirilmelidir.
52. Çalışma bittikten sonra kullanılan tüm malzemeler ve çalışma alanı temizlenmelidir. Malzemeler alınan yere bırakılmalıdır.

BÖLÜM 5: İLK YARDIM

KESİK VE KANAMALARDA;

53. Kesik veya kanamalarda; yara ve etrafı temizlenip üzeri gazlı bezle kapatılır. Kanamanın şiddetine göre gevşek ya da sıkı bir tamponla basınç uygulama yoluna gidilir.
54. Tutuşmuş durumda olan yanmalarda yapılacak ilk iş yanan kısmın havayla temasının önlenmesidir. Bu yapılamadığında yanan kısma su dökülmelidir. Asit gibi kimyasal madde yanmalarında bol suyla yıkama gerçekleştirilmelidir. Yanık elbise altında ise, elbiseler kesinlikle çıkartılmaya çalışılmamalıdır. Yanığa kesinlikle elle dokunulmamalıdır.
55. Kırıklarda; kırık elbise altında ise elbiseler keserek çıkartılmalıdır. Yara varsa temizlenmeli, kanama varsa durdurulup tampon yapılmalıdır. Kırık iki taraftan sert malzemelerle tespit altına alınıp hareket etmeyecek bir şekilde sarılmalıdır. Vücudun farklı bölgelerinde meydana gelen kırıklara farklı uygulamalar yapılmaktadır.
56. Boğulmalar; kullanılan kimyasal maddelerden dolayı veya elektrik çarpması sonucu ağız kapanarak yeterli miktarda oksijen sağlanamaması sonucu ortaya çıkar. Bilinci bozulmuş kazazedenin dilinin arkaya kaçması önlenmeli, gerekirse bu işlem bir pensle yapılmalıdır. Hemen suni solunuma başlanmalıdır. "Ağızdan Suni Solunum Uygulama" yöntemlerinden biri; Hasta yan yatırılır. Ağzında çiklet vb. maddeler varsa çıkartılır. Ağızın etrafı temizlenir. Ayaklar biraz yükseltilir ve baş geriye doğru bükük olarak tutulur. Alt çene aşağıya doğru çekilir. Ağza mendil veya ince bir bez örtülür. Elektrik çarpmalarında ağız kilitlenmiş olabilir. Bu durumda ağız yerine buruna işlem yapılır. Burun delikleri iki parmakla kapatılır (elektrik çarpmasında ağız). Bu, havanın burun deliklerinden kaçmasını önler.

CİLT YANIKLARI;

57. Elbise düğmeleri çözülmeli, kimyasal bulaşmış giysiler, ayakkabılar derhal çıkarılmalı; cilt bol suyla en az 15 dakika yıkanmalıdır.
58. Yaraya merhem / sprej vb. bir uygulama yapılmamalıdır.
59. Yanığın üzerine fazla bastırılmadan steril bandaj (bulunmuyorsa temiz bir bez) örtülmelidir.
60. Yanığın boyutları büyükse acil yardım çağrılmalıdır.

GÖZLERDE TAHRİŞ;

61. Tahriş olmamış göz derhal korunmalı; diğer göz kapağı zorla açılarak su veya göz temizleyici sıvı ile en az 15 dakika yıkama işlemi uygulanmalıdır.
62. Yıkama işleminin burnun üst hizasından kulaklar yönüne yapılmasına özen gösterilerek diğer gözün etkilenmemesi ve kimyasalın tekrar göze gelmemesi sağlanmalıdır.
63. Yıkamanın etkinliği açısından varsa kontak lensler hemen çıkarılmalıdır.
64. Her iki göz steril veya temiz bir yara bezi ile kapatılmalıdır.
65. Sağlık kuruluşları ile temasa geçilmelidir.

KİMYASAL YUTMA;

66. Kişinin şuuru yerindeyse ve yutabiliyorsa su veya süt içirilmelidir (kusma eğilimindeyse sıvı verilmesine devam edilmez).
67. Şuuru yerinde değilse yaralının başı ve vücudu mutlaka sol tarafa döndürülmelidir.
68. Kazaya maruz kalan kişi derhal en yakın sağlık kuruluşuna ulaştırılmalıdır.

KİMYASALIN SOLUNUM YOLU İLE ALINMASI;

69. Bulunulan alan boşaltılıp, yaralının temiz hava alması sağlanmalıdır. Sağlık kuruluşu ile temasa geçilmelidir.