	ELLE YÜK TAŞIMA İŞLERİ TALİMATI			
	Doküman No	MDBF-TLM-019	Revizyon	-
	İlk Yayın Tarihi	15/12/2022	Revizyon No	-
			Sayfa No	2

1. AMAÇ

Elle taşıma işlerinde karşılaşılabilecek risklerin seviyesini en aza indirmektir.


2. UYGULAMA

Elle taşıma denildiğinde yükün kaldırılması, yere konması, itilmesi, çekilmesi, taşınması ya da bunların bileşimi anlaşılmalıdır. Bu işlerde uygulama aşağıdaki şekilde olmalıdır.

3. DİKKAT EDİLECEK HUSUSLAR

- Yükler kaldırılırken ve taşınırken aşağıdaki kişisel özellikler göz önünde bulundurulur ve çalışma bu özelliklere göre yapılır.
 - Yaş
 - Sağlık
 - Zindelik/Kondisyon
 - Dayanıklılık
 - Boy
- Yükler kaldırılırken ve taşınırken aşağıda belirtilen yükün özellikleri dikkate alınır ve bu özelliklere göre önlem alınır.
 - Keskin mi?
 - Kaygan ya da kavranması zor mu?
 - Dengesiz mi?
- Yükler kaldırılırken ve taşınırken aşağıda belirtilen ortam özellikleri dikkate alınır ve bu özelliklere göre önlem alınır.
 - Kötü zemin özellikleri (örn; pürüzlü, eğimli, kaygan (yağmur, çamur, vs.)
 - Farklı yükseklikler
 - Zorlu hava hareketleri (rüzgar vb.)
 - Kötü aydınlatma
- Doğru Taşıma Prensipleri aşağıdaki gibidir ve yükler taşınırken bu prensiplere uyulmalıdır.
 - Sırt düz tutulmalıdır.
 - Bacak kasları kullanılmalıdır.
 - Yük vücuda yakın tutulmalıdır.
 - Dirsekler vücuda yakın tutulmalıdır.
 - Yük el içi ile kavranmalıdır.
 - Yükü tamamen kaldırmadan sağa sola dönmemelidir.
 - Yükü yere bırakmak kaldırmak kadar önemlidir. Bacak ve sırt kasları kullanılmalıdır.
 - Yükün ağırlığı önemlidir. Kişisel özelliklerinize uyup uymadığını kaldırma işini yapmadan önce belirlemek gereklidir.
 - Taşımayı iki kişi yaparken yardımlaşma çok önemlidir. Yük eşit olarak dağıtılmalıdır. Kaldırma, taşıma ve taşırken dönme sırasında birliktelik sağlanmalıdır.

Hazırlayan Birim Kalite Komisyonu	Doküman Onay Kalite Koordinatörlüğü	Yürürlük Onay Üniversite Kalite Komisyonu
--------------------------------------	--	--

	ELLE YÜK TAŞIMA İŞLERİ TALİMATI			
	Doküman No	MDBF-TLM-019	Revizyon	-
	İlk Yayın Tarihi	15/12/2022	Revizyon No	-
			Sayfa No	2

- j. Uzun bir şey iki kişi tarafından taşınırken yük aynı tarafta ve aynı yükseklikte olmalıdır.
 - k. Yükü taşıyacağınız güzergâhta engeller olmamasına ve yükün görüşünüzü kapatmamasına dikkat edilmelidir.
 - l. Yükün büyüklüğü ve şekli kaldırma işlerinde çok önemlidir. Büyüklük ve şekil göz önüne alınarak en uygun kaldırma yöntemi seçilmelidir.
5. Elle taşıma sonucu oluşacak iş kazalarından korunmak için uyulması gereken kurallar
- a. Ani hareket ve ani dönmelerden kaçının.
 - b. Yüksek ve uzak yerlerdeki eşyalara uzanırken düşüp zarar görmemek için sandalye ve kutu gibi şeyler yerine uygun merdivenler kullanın.
 - c. Çok ağır bir yükü yüksek bir yere koyarken önce yaklaşık 30 cm yükseklikte bir yere, daha sonra istenilen yere kademeli olarak kaldır.



Hazırlayan Birim Kalite Komisyonu	Doküman Onay Kalite Koordinatörlüğü	Yürürlük Onay Üniversite Kalite Komisyonu
---	---	---