

Tips voor veilig werken in de thuiszorg

1. Inleiding

- a) Elke organisatie moet van de overheid bezig zijn met de verbetering van het "welzijn op het werk". Hier horen verschillende zaken bij, zoals de juiste werkmaterialen, persoonlijke beschermingsmiddelen, ongevallenpreventie,... In de praktijk betekent dit dat de werkgever moet proberen ervoor te zorgen dat iedereen probeert de wet toe te passen.
- b) De directie en de verantwoordelijken zorgen ervoor dat dit ook gebeurt. Er is een samenwerking met het Comité voor Preventie en Bescherming op het Werk, de preventiedienst van thuiszorg vleminkveld en de externe preventiedienst. Op basis van een risicoanalyse wordt een "globaal preventieplan" opgesteld voor de komende 5 jaar. Jaarlijks werken we met een "jaaractieplan". Door telkens opnieuw te kijken hoever we staan en waar nodig aan te passen proberen we een goed preventiebeleid uit te werken.

2. Verantwoordelijkheid

- a) Werknemers in de thuiszorg dragen een grote eigen verantwoordelijkheid voor hun veiligheid omdat er geen algemeen toezicht mogelijk is. Bij elke cliënt is de situatie anders en vooral de verzorgende of de thuishelpster kent die situatie en kan ze inschatten. Door gebruik te maken van het standpunt van de werkgever en vooral van gezond verstand moet een verzorgende of thuishelpster proberen de eigen veiligheid te bewaken. Grenzen stellen is niet makkelijk, wel nodig!
- b) In punt 3 gaan we verder in op een aantal praktijkvoorbeelden die duidelijk maken wat kan en wat niet kan. Wanneer je twijfelt of een bepaalde situatie veilig of toelaatbaar is, kan je steeds contact opnemen met je regioverantwoordelijke.
- c) Door de min of meer nauwe band die er bestaat tussen een verzorgende of thuishelpster en de cliënt is het soms moeilijk om te weerstaan aan de zachte dwang van de cliënt. Blijf steeds op je hoede en stel je grenzen. Niemand heeft er iets aan dat er ongevallen gebeuren!

3. Materiaal en werk in de thuiszorg

- a) Werken op hoogte:
Wanneer je bijvoorbeeld ramen poetst, zal je regelmatig te maken krijgen met hoogtes. In een modern appartement vormt zoiets meestal geen probleem, maar in oudere huizen zijn de ramen soms heel hoog. Een goede ladder (stevig, met antislipdoppen aan de poten en vergrendelbaar) is niet steeds beschikbaar. Ga dan zeker niet (ook niet op aandringen van de cliënt) op een stoel bovenop een tafel staan. Maak geen (wankele) constructies die niet bedoeld zijn om op te werken. Je gebruikt dan beter een spons op een uitschuifbare steel of dring er bij de cliënt op aan om een goede trapladder te kopen. Dit telt natuurlijk ook voor plafonds, hoge kasten, lusters, enz.

Ramen aan de buitenzijde poetsen doe je enkel op het gelijkvloers of van op een voldoende groot terras. Je staat nooit op vensterbanken, richels, balustrades,... Beter een vuil raam dan een gewonde verzorgende of thuishelpster. Bij twijfel: contacteer de regioverantwoordelijke.

b) Elektriciteit:

Wanneer je verstandig met elektriciteit omgaat, is het gevaar erg klein. Wij hebben thuis allemaal elektriciteit en staan er dikwijls niet meer bij stil. Maar wat is verstandig omgaan met elektriciteit? Natuurlijk kent iedereen de regel dat elektriciteit en water niet samengaan. Geen haardroger onder de douche, maar bijvoorbeeld ook geen stekker uit het stopcontact halen met natte handen! Ook bij stoomstrijkijzers is er de combinatie water – elektriciteit: let er op dat de kabels en slangen in orde zijn. In oudere of verwaarloosde huizen zal je soms merken dat kabels los over de muur lopen, stopcontacten niet stevig in de muur zitten en dat af en toe de zekeringen springen. Let in zulke situatie goed op! Begin zeker nooit zelf zekeringen te vervangen, of erger, te herstellen met een koperdraadje. Dat is werk voor een vakman, ook al doe je dat thuis wél. Er is steeds een reden waarom een zekering springt. Die reden neem je niet weg met een nieuwe of herstelde zekering, maar je verhoogt wel de kans op ongevallen of brand.

Toestellen die bij gebruik vonken geven, waar je een elektrische schok (hoe klein ook) van krijgt enz., gebruik je niet meer tot ze hersteld of vervangen zijn. Je regioverantwoordelijke kan met de cliënt afspreken dat bepaalde taken tijdelijk niet meer uitgevoerd worden.

c) Gevaarlijke producten:

In de thuiszorg kom je regelmatig in aanraking met gevaarlijke producten, ook al herken je die niet altijd als gevaarlijk. We hebben ze immers allemaal in huis en gebruiken ze wekelijks: javel, ammoniak, wc-reiniger, ontkalker, afwastabletten,...

Bij goed gebruik is er dan ook geen probleem. Maar, bij fout gebruik kan je jezelf of anderen wel in de problemen brengen. Daarom deze tips:

- gebruik geen ammoniak, de wetgever verbiedt dit in arbeidssituaties!
- meng nooit javel (bleekwater) met iets anders dan water
- zorg ervoor dat javel nooit in contact komt met zuren (azijn, ontkalker, ontstopper, sommige wc-reinigers, ...): hierbij komt nl. chloorgas vrij dat erg gevaarlijk is en tot blijvende longletsels kan leiden.
- ontkalkers altijd in water mengen en niet omgekeerd: een beetje water bij een ontkalker zorgt voor het ontstaan van zwavelzuur of zoutzuur (bijtend en sterke geur). Als je de ontkalker bij het water doet (rechtstreeks in een toiletpot, een emmer water,...) zorg je ervoor dat de concentratie onmiddellijk zo laag is dat er geen gevaar meer is.
- maak zoveel mogelijk gebruik van basisproducten zoals soda, azijn, water, bruine zeep,... ze zijn meestal minder gevaarlijk voor jezelf en minder schadelijk voor het milieu
- wees voorzichtig met alle producten die een sterke, prikkelende geur hebben
- lees steeds de gebruiksaanwijzing en gebruik geen producten die in een naamloze of andere verpakking ("iets" in een oude limonadefles, of één of ander poeder in een koekjesdoos, ...) zitten: je weet nooit zeker wat het is.

Bij contact tussen chemische producten en de ogen, slijmvliezen of huid: goed spoelen met lauw water gedurende min. 15 minuten. Bij inademen: zorg voor frisse lucht. Bij inslikken van chemische producten: niet opzettelijk laten braken, geen water of melk geven, maar wel onmiddellijk contact opnemen met het antigifcentrum: **(070) 245.245!**

Als het slachtoffer het bewustzijn verliest, bel je onmiddellijk de hulpdiensten op het nummer **112**.

d) Heffen en tillen

Wees zuinig op je rug! Rugklachten kunnen je leven erg moeilijk maken, maar zijn dikwijls te voorkomen door een goede "rughygiëne". thuiszorg vleminkveld organiseert regelmatig bijscholing rond heffen en tillen. Op die vormingen krijg je technieken aangeleerd om rugsparend te tillen, te poetsen,... Gebruik die technieken! In het begin is het moeilijk om alle nieuwe tips toe te passen, maar al snel zal je merken dat het een automatisme wordt.

4. Handhygiëne

Een goede handhygiëne kan veel ongemakken of besmettingen voorkomen. Je komt in aanraking met mensen die er verschillende ideeën over hygiëne op na houden, met zieke mensen, met incontinentie mensen,... Zelf kan je ook een griepje hebben, of eczema. Een juiste handhygiëne is daarom een bescherming voor jezelf en voor je cliënt!

De volgende regels zijn de algemene regels voor verzorgenden. Je past ze toe in functie van het besmettingsrisico:

- handreiniging vindt altijd plaats na het snuiten van de neus, na toiletbezoek, na hoesten en niezen en na het dragen van handschoenen
- handreiniging is nodig voor kleine ingrepen zoals wondverzorging (ook bij een schaaf- of snijwondje). Ook na contact met lichaamsvochten (urine, ontlasting, speeksel, zweet, braaksel, wondvocht,...), na het wassen van de cliënt, evenals het afhalen en opnieuw opmaken van het bed is handreiniging nodig
- open wondjes aan de handen worden afgedekt met een niet vochtdoorlatende pleister. Draag handschoenen.
- gebruik regelmatig een goede handcrème om de huid soepel en gezond te houden.

Voor alle vragen richt je je tot de regioverantwoordelijke. Indien nodig kan je ook contact opnemen met de preventieadviseur of de externe preventiedienst.