

Zieken op de werkvloer

Hou jezelf en je mede collega veilig

Zieken op de werkvloer

Mannen in verband met veel zieken besloten we om een lesbrief te maken. Bij deze lesbrief over het belang van het herkennen van ziekteverschijnselen en het aanspreken daarvan op de werkplek. Het is belangrijk dat we als team bewust zijn van de ziekteverschijnselen, effectief communiceren over gezondheid en passende maatregelen nemen om een gezonde werkomgeving te hebben.

Communicatie

Een goede communicatie over gezondheidskwesties is cruciaal op de werkvloer. Spreek elkaar aan bij het merken van ziekteverschijnselen. We moeten begrip tonen voor zieke collega's en ze aanmoedigen om rust te nemen en medische hulp te zoeken. Collega's moeten elkaar herinneren om regelmatig handen wassen en afstand te houden. Overleg bij lichte ziekteverschijnselen met je werkgevers en vermijd fysiek contact met mensen.

Ziekteverschijnselen

Hier zijn enkele veelvoorkomende symptomen die kunnen wijzen op ziekte:

- Verkoudheidsklachten zoals neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn.
- Hoesten.
- Benauwdheid.
- Verhoging of koorts.
- Plotseling verlies van reuk en/of smaak (zonder neusverstopping).

Naast deze veelvoorkomende symptomen zijn er ook minder voorkomende klachten waar we ons bewust van moeten zijn:

- Vermoeidheid.
- Algehele pijnklachten.
- Hoofdpijn.
- Spierpijn.
- Pijn achter de ogen.



ZIEKEN OP DE WERKVLOER

Hou jezelf en je mede collega veilig

- Duizeligheid.
- Prikkelbaarheid/verwardheid.
- Buikpijn.
- Gewichtsverlies/verlies van eetlust.
- Diarree.
- Misselijkheid, overgeven.
- Oogontsteking.
- Verschillende huidafwijkingen.
- Algemeen gevoel van ziekte, zich niet lekker voelen.

Het is van groot belang dat we allemaal alert zijn op deze symptomen en dat we ze serieus nemen. Als u een van deze symptomen bij uzelf opmerkt, blijf dan thuis en neem contact op met de werkgever voor verdere begeleiding.

