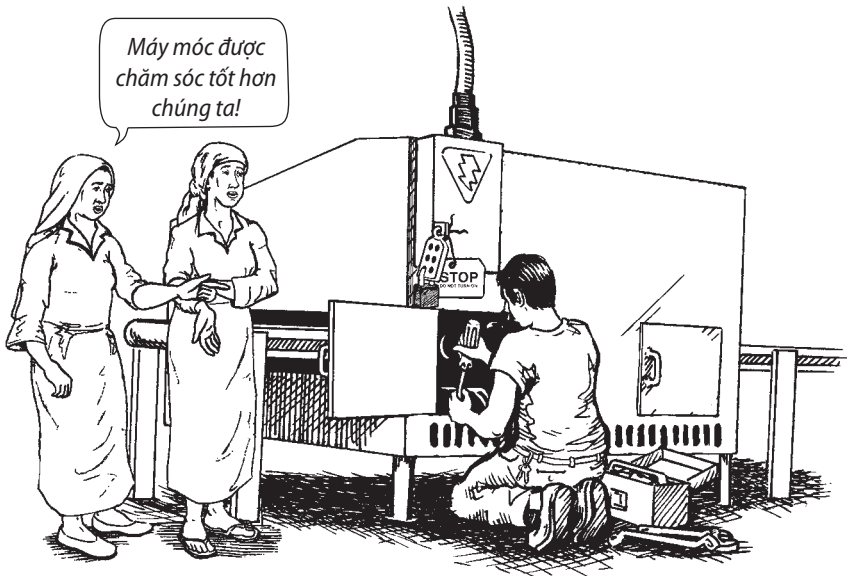


Tiếp cận dịch vụ chăm sóc sức khỏe

25



Trong hầu hết các nhà máy, người lao động không tiếp cận được với dịch vụ chăm sóc sức khỏe. Nhiều chủ nhà máy coi việc chăm sóc sức khỏe cho người lao động như là gánh nặng thêm và tốn kém thay vì việc đầu tư cho chăm sóc sức khỏe sẽ giúp người lao động khỏe mạnh dẫn đến giảm ngày nghỉ, ít biến động nhân sự, tăng hiệu quả công việc. Thậm chí, ngay cả khi luật quốc gia đảm bảo việc tiếp cận chăm sóc sức khỏe ngay trong nhà máy hoặc trong cộng đồng nơi họ sinh sống thì thường cũng không có cách nào để thực thi các quy định này và người lao động cũng không có cơ hội được chăm sóc sức khỏe.

Để biến mục tiêu được chăm sóc sức khỏe thành hiện thực, người lao động cần:

- sử dụng dịch vụ chăm sóc khi gặp tai nạn hoặc cấp cứu xảy ra trong nhà máy.
- đến khám tại phòng khám địa phương có chất lượng, phù hợp và với mức phí phải chăng, mở cửa trong nhiều giờ giúp người lao động dễ dàng đến khám.
- sử dụng dịch vụ chăm sóc gia đình người lao động.
- hiểu các chính sách của nhà nước về công nhận, hỗ trợ y tế và tiếp cận chăm sóc sức khỏe như một quyền của con người.
- hỗ trợ các hoạt động đào tạo cho các nhà hoạt động thúc đẩy công tác sức khỏe và an toàn để họ có thể vận động các chính sách bảo vệ sức khỏe của người lao động làm việc tại nhà máy.

Chăm sóc sức khỏe tại nhà máy

Nhiều chủ nhà máy không cung cấp dịch vụ y tế tại nhà máy và dù họ có bố trí thì dịch vụ đó cũng có những hạn chế và đôi khi không được tốt. Chủ nhà máy trả lương cho bác sĩ và y tá làm việc trong phòng y tế của nhà máy, mặc dù họ không tham gia công tác quản lý nhưng có thể bị gây áp lực ưu tiên cho hoạt động sản xuất hơn là cải thiện sức khỏe của người lao động. Nhưng nếu họ có lương tâm thì chính họ sẽ là nguồn thông tin quan trọng và là đồng minh tốt cho người lao động.

Nếu không được chăm sóc đầy đủ, các bệnh nhẹ hoặc chấn thương có thể trở thành vấn đề lớn. Các chính sách của nhà máy về chăm sóc sức khỏe có thể khiến vấn đề trở nên tồi tệ hơn vì chúng bao gồm các quy tắc khiến người lao động khó có thời gian nghỉ hoặc được trả lương khi đi khám bệnh trong khi họ cần có thời gian để chữa bệnh hoặc làm lành vết thương hoặc phải chăm sóc thành viên trong gia đình đang bị ốm. Các dịch vụ y tế đặt tiền cũng là trở ngại khiến người lao động không được chăm sóc y tế khi cần.

Chăm sóc và hỗ trợ người lao động bị chấn thương

Nhà máy phải trả chi phí y tế cho người lao động bị chấn thương khi làm việc bao gồm vận chuyển cấp cứu, chăm sóc chấn thương, căng thẳng mạn tính, các vấn đề sử dụng quá mức cơ khớp và các vấn đề sức khỏe do tiếp xúc với hóa chất, tiếng ồn và nhiệt độ (nóng hoặc lạnh).

Các lớp học về sức khỏe

Một số tổ chức công đoàn và người sử dụng lao động sắp xếp cho người lao động tham gia các lớp học tìm hiểu về HIV/AIDS, bệnh lao, sức khỏe sinh sản, dinh dưỡng và các vấn đề sức khỏe khác trong ngày làm việc. Chủ nhà máy ủng hộ cách làm này vì giúp người lao động bớt bị bệnh, giảm nghỉ việc và nâng cao năng suất lao động.

Nâng cao sức khỏe trong các nhà máy

Dự án HERproject của Chương trình doanh nghiệp vì trách nhiệm xã hội (Business for Social Responsibility) đã cố gắng cải thiện sức khỏe cho người lao động bằng cách đào tạo người lao động và người quản lý thành “các giáo dục viên đào tạo về sức khỏe đồng đẳng”. Dự án đã xây dựng một chương trình giảng dạy gồm 12 học phần để đào tạo người lao động với nhiều chủ đề khác nhau về sức khỏe bao gồm cả sức khỏe phụ nữ. Sau mỗi khóa học, người lao động chia sẻ nội dung mình đã học được với các đồng nghiệp khác.

Ở thành phố Ciudad Juárez, Mexico, nơi người lao động thường gặp các bệnh như cao huyết áp và tiểu đường, 50 nhà giáo dục viên đồng đẳng đã được đào tạo để chia sẻ kiến thức với 1.000 đồng nghiệp trong một nhà máy điện tử trong giờ nghỉ giải lao, nghỉ ăn trưa và trên xe buýt. Cùng với đó phòng y tế của nhà máy cũng tiến hành kiểm tra sức khỏe để hỗ trợ giáo dục về sức khỏe bao gồm sàng lọc bệnh tiểu đường, ung thư vú và tử cung, cao huyết áp cũng như tiêm chủng, ngày hội sức khỏe và tư vấn cho lao động nữ mang thai và nuôi con nhỏ. Một trong những người tham gia cho biết “chương trình đã đem đến cơ hội cho lao động nữ để họ trở thành người đại diện nêu lên các vấn đề sức khỏe quan trọng của người lao động với lãnh đạo nhà máy”.

Sơ cứu ban đầu và chăm sóc y tế trong trường hợp cấp cứu

Ngay cả khi không có phòng y tế trong nhà máy thì cũng phải có các dụng cụ sơ cứu và chương trình đào tạo để giúp bạn cùng với những người lao động khác ứng phó với những trường hợp cấp cứu. Việc đào tạo kỹ năng sơ cứu phải được tiến hành thường xuyên để phòng trường hợp không có người này thì còn có người kia ứng phó kịp thời.

Các dụng cụ sơ cứu phải được bảo quản ở nơi an toàn, sạch sẽ trong nhà máy và phải đảm bảo người lao động có thể tiếp cận một cách dễ dàng. Tùy vào công việc đang làm, bộ dụng cụ sơ cứu có thể bao gồm các dụng cụ khác nhau. Tuy nhiên nó vẫn phải đảm bảo đầy đủ các dụng cụ phục vụ cho mục đích sơ cứu thông thường như khi bị bỏng, bị rách da, ngã, và một vài chấn thương khác. Ngoài ra, dụng cụ sơ cứu chỉ phát huy tác dụng khi có người lao động hoặc người quản lý được đào tạo để sơ cứu và trấn an người bị thương trong lúc chờ sự trợ giúp từ bên ngoài. Mỗi bộ dụng cụ sơ cứu phải có số điện thoại của các đơn vị cung cấp dịch vụ xe cứu thương, các bệnh viện và phòng khám trên địa bàn nhà máy hoạt động.

Hoạt động

Một kế hoạch ứng phó khẩn cấp trong nhà máy của bạn

Sử dụng hoạt động Vẽ bản đồ nhà máy của bạn, ở trang 49 để xác định một số nguy hiểm mà người lao động phải đối mặt. Sau đó tổ chức một cuộc thảo luận để tìm câu trả lời:

- Người lao động thường bị chấn thương nhiều nhất ở bộ phận nào trên cơ thể?
- Những máy móc nào là nguy hiểm nhất?
- Người lao động bị chấn thương nhận được sự quan tâm và giúp đỡ nào?
- Chủ nhà máy thực hiện những hành động nào để giải quyết vấn đề?

Sử dụng thông tin này cùng với các rủi ro đã biết như hỏa hoạn, sự cố về điện, động đất, v.v., trong chiến dịch của bạn để thúc giục chủ nhà máy của bạn xây dựng một kế hoạch ứng phó khẩn cấp cho nhà máy. Một kế hoạch ứng phó khẩn cấp không chỉ bao gồm bộ dụng cụ sơ cứu và phương pháp điều trị tại chỗ như rửa mắt hoặc tắm, mà cần phải có một hệ thống ứng phó để trả lời cho các câu hỏi sau:

- Ai chịu trách nhiệm ứng phó ngay lập tức khi tình huống khẩn cấp xảy ra?
- Người đó nên làm gì? Ví dụ: Họ có phải ngắt điện đang kết nối với máy móc không? hoặc họ phải xử lý như thế nào nếu một người lao động bị chảy máu?
- Họ có thể tìm trợ giúp thêm từ nhân viên y tế ở đâu?
- Khi nào và làm thế nào để họ có thể vận chuyển người lao động bị chấn thương đến phòng khám hoặc bệnh viện?

Chăm sóc tốt tại phòng khám hoặc bệnh viện

Người lao động thường gặp khó khăn để có được dịch vụ chăm sóc sức khỏe tốt do phòng khám hoặc bệnh viện có thể tính phí cao cho các dịch vụ hoặc thuốc, gây khó khăn khi đến khám, đông người đến khám hoặc không mở cửa khi người lao động có thể đi khám hoặc không thân thiện với người lao động hay phụ nữ nhập cư.

Bệnh do công việc gây ra nhiều vấn đề sức khỏe khác nhau vì người lao động thường không nhận ra hoặc không chứng minh được đó là các bệnh do công việc gây ra. Ví dụ như căng thẳng và chấn thương do lặp đi lặp lại cùng một thao tác quá nhiều lần mà không có thời gian nghỉ ngơi, hậu quả trước mắt và lâu dài của việc tiếp xúc với hóa chất độc hại gây ra trong quá trình làm việc. Tình trạng bệnh có thể được thuyên giảm, thậm chí là khỏi bệnh nếu điều kiện làm việc được cải thiện. Rất tiếc, hầu hết người sử dụng lao động đều không công nhận các vấn đề đau lưng, đau đầu, nổi mẩn da, khó thở và ung thư ở người lao động do công việc của họ gây ra. Đa số các bác sĩ và y tá không có kiến thức về sức khỏe nghề nghiệp hoặc về các điều kiện làm việc trong nhà máy xuất khẩu, vì vậy người lao động không được điều trị đúng cách.

Những người lao động bị khuyết tật hoặc bị chấn thương do công việc không nhận được sự hỗ trợ từ người sử dụng lao động. Hơn nữa, họ có thể bị sa thải và nếu họ bị mắc bệnh mãn tính và phải điều trị cần thuốc hoặc thiết bị đặc biệt, thì họ thường bị buộc tự trả tiền. Nhiều người lao động không đủ tiền để chi trả.

Nhân viên y tế rất tốt nhưng họ thực sự không biết gì về công việc của chúng tôi. Họ thậm chí không biết tìm thông tin về các hóa chất mà chúng tôi đang tiếp xúc để xem chúng có nguy hiểm không.

Ừ, tôi thấy đau đầu khi chuyển đổi sử dụng hóa chất nhưng bác sĩ cứ nói tôi không có vấn đề gì!



Công nhận chấn thương và bệnh liên quan đến công việc

Một số bác sĩ nói với người lao động là các vấn đề sức khỏe mà họ gặp phải không liên quan đến công việc họ làm. Họ đổ lỗi cho người lao động bằng cách nói rằng người lao động làm việc trong điều kiện trước đây đã bị như vậy hoặc là do thói quen xấu, do cuộc sống trong gia đình hoặc do các điều kiện không an toàn tại nơi người lao động sinh sống. Nhưng thực tế thì chấn thương và bệnh tật mà người lao động mắc phải trong công việc là do điều kiện làm việc kém, tiếp xúc với hóa chất và máy móc nguy hiểm, không được đào tạo và tiếp cận đến dịch vụ chăm sóc trong trường hợp cấp cứu.



Chúng tôi đã làm các áp phích lớn về trường hợp các đồng nghiệp đã bị chết khi làm việc trong nhà máy. Chúng tôi đã nói họ là ai, họ chết như thế nào, gia đình họ đang đau khổ ra sao. Chúng tôi mang các áp phích đó đến các sự kiện của thành phố, trong các cuộc diễu hành, các buổi dã ngoại của công ty và mang đến nhà thờ vào Chủ nhật.

Hãy tìm hiểu các bệnh nghề nghiệp và chấn thương nghề nghiệp được xác định như thế nào ở nước bạn. Điều này có thể hữu ích cho bạn và nhóm của bạn trong việc thuyết phục các cơ quan quản lý về y tế, người sử dụng lao động và các cơ quan chính phủ là họ phải công nhận chấn thương và bệnh liên quan đến công việc, chi trả chi phí điều trị và đưa các bệnh & chấn thương này vào hệ thống bồi thường.



Quyền được đền bù cho các chấn thương do công việc gây ra



Công ước về Trợ cấp tai nạn lao động và bệnh nghề nghiệp của Tổ chức Lao động Quốc tế (số 121) quy định chính phủ sẽ cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe, phục hồi chức năng và bồi thường cho người lao động bị bệnh nghề nghiệp, bao gồm:

- các bệnh do bụi.
- các bệnh do tiếp xúc với các hạt lơ lửng trong không khí.
- các bệnh do tiếp xúc với hóa chất.
- các bệnh và chấn thương gây ra bởi tiếng ồn, rung và các nguy hiểm khác.

Đồng thời tham khảo **Danh sách khuyến nghị về bệnh nghề nghiệp của Tổ chức Lao động Quốc tế (số 194)**.

Công ước về trợ cấp tai nạn lao động và bệnh nghề nghiệp cũng cho rằng các chính phủ phải bồi thường cho:

- những người lao động không thể làm việc được do mắc bệnh hoặc bị chấn thương.
- gia đình của những người lao động bị chết tại nơi làm việc hoặc do công việc gây ra.

Các bồi thường phải bao gồm chăm sóc y tế và phục hồi chức năng cho người lao động, nhưng cũng phải bao gồm cả trợ cấp tiền mặt tùy thuộc vào chấn thương hoặc bệnh.

Vai trò của Liên Hợp Quốc, Tổ chức Lao động Quốc tế và các tổ chức quốc tế khác nhằm thúc đẩy quyền của người lao động được giải thích trong Phụ lục A.

Phòng khám của chúng tôi được người sử dụng lao động chi trả - nhưng không thuộc sở hữu của người sử dụng lao động

Nhiều tổ chức ở Bangladesh cung cấp dịch vụ y tế với giá cả phải chăng và dễ tiếp cận nhưng nhiều người lao động trong các nhà máy không thể sử dụng các dịch vụ này vì họ không có thời gian hoặc không được phép rời khỏi nhà máy. Để tiếp cận họ, tổ chức Marie Stopes International đã thành lập “dịch vụ y tế tại nhà máy”. Các phòng khám này hoạt động trong nhà máy và được chi trả bởi các chủ nhà máy nhưng hoạt động độc lập với sự quản lý của nhà máy. Người lao động có thể tìm kiếm sự trợ giúp y tế khi cần và phòng khám cũng tiến hành kiểm tra thường xuyên và theo dõi sức khỏe của người lao động trong khi họ làm việc tại nhà máy. Các phòng khám mở cửa muộn sau khi người lao động kết thúc ngày làm việc và người sử dụng lao động trả tiền cho người lao động để họ có thể đến khám miễn phí. Nhờ đó ngày càng có nhiều lao động có thể tiếp cận các dịch vụ y tế.

Chúng tôi đã làm việc với nhiều người lao động và các cán bộ công đoàn để giải đáp sự băn khoăn của họ với phòng khám do công ty chi trả như phòng khám của chúng tôi. Chúng tôi đã chỉ cho họ thấy các bác sĩ và y tá đứng về phía chúng tôi, không phải về phía người sử dụng lao động như thế nào. Ngay cả khi người sử dụng lao động chi trả cho chúng tôi để người lao động đến phòng khám thì các bác sĩ và y tá vẫn không phụ thuộc vào người sử dụng lao động.



Người lao động có nhu cầu đặc biệt

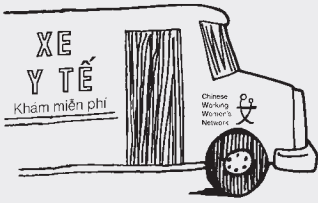
Người lao động thì không ai giống ai và chúng ta mang sự khác biệt đến nơi làm việc. Công việc đa phần hiệu quả hơn là nhờ chính sự khác biệt đó. Nhu cầu chăm sóc sức khỏe của người lao động khác nhau, do đó chúng ta cần đảm bảo tất cả người lao động được nhận được sự quan tâm đúng mức. Người lao động bị nhiễm HIV vẫn có thể sống lành mạnh và làm việc hiệu quả nếu họ được điều trị bằng thuốc, có chế độ dinh dưỡng, nghỉ ngơi và được tôn trọng như những người khác (xem Chương 30: HIV). Với sự hỗ trợ y tế và sự linh hoạt trong công việc, người lao động khuyết tật cũng có thể tiếp tục làm việc hiệu quả trong nhiều năm.

Lao động nữ và sức khỏe của nữ giới

Dù phụ nữ là một nửa của thế giới và thường chiếm đa số trong nhà máy nhưng nhu cầu chăm sóc sức khỏe của phụ nữ thường không được coi là một phần của chăm sóc cơ bản cũng như chăm sóc sức khỏe nghề nghiệp. Nhiều loại hóa chất trong nhà máy ảnh hưởng đến sức khỏe sinh sản của phụ nữ, do đó phụ nữ mang thai cần phải được kiểm tra (chăm sóc trước khi sinh) và chăm sóc đối với các vấn đề về sức khỏe của mẹ và bé. Nếu công việc không an toàn, nhiều quốc gia cho phép phụ nữ mang thai có quyền chuyển sang công việc an toàn hơn hoặc cho họ nghỉ phép hưởng lương nếu không tìm được công việc an toàn.

Xe y tế lưu động cho phụ nữ

Mạng lưới lao động nữ Trung Quốc (The Chinese Working Women's Network - CWWN) đã phát kiến ra phương thức giúp các lao động nữ nhà máy ở Trung Quốc gặp gỡ và chia sẻ về các vấn đề sức khỏe. Sáng kiến này có tên là “Xe y tế lưu động cho phụ nữ”. Họ sử dụng một chiếc xe lưu động đỗ bên ngoài khu vực nhà máy tại Khu công nghiệp đồng bằng châu thổ sông Châu Giang. Lao động nữ đến đây sẽ được thăm khám cũng như được cung cấp thông tin về bệnh và cách điều trị nói chung, cũng như thông tin về các vấn đề sức khỏe gây ra bởi những yếu tố nguy hiểm tại nơi làm việc. “Xe y tế lưu động cho phụ nữ” được điều hành bởi những nhà hoạt động vì quyền sức khỏe phụ nữ nên đó là nơi an toàn cho các chị em chia sẻ những lo ngại và tình hình sức khỏe của mình.



Quyền được chăm sóc sức khỏe



Công ước về xóa bỏ phân biệt đối xử với phụ nữ của Liên Hợp Quốc cho biết đàn ông và phụ nữ phải có quyền tiếp cận thông tin và các dịch vụ chăm sóc sức khỏe như nhau bao gồm kế hoạch hóa gia đình. Để tìm hiểu thêm về các công ước loại bỏ phân biệt đối xử trong lao động, xem Quyền bình đẳng ở trang 317.

Các công ước của Tổ chức Lao động Quốc tế (số 102, 121, 130, 183) cho rằng chính phủ các nước phải cung cấp dịch vụ y tế, chăm sóc sức khỏe và an sinh xã hội cho người lao động và gia đình của họ, cụ thể là:

- chăm sóc y tế cho người lao động, vợ chồng và con cái của họ.
- thời gian nghỉ để chữa bệnh được chi trả.
- chăm sóc y tế trong trường hợp bị chấn thương tại nơi làm việc.
- cung cấp dịch vụ phục hồi chức năng để giúp người lao động bị khuyết tật trở lại công việc trước đây hoặc một công việc phù hợp với khả năng lao động của họ.
- trả trợ cấp thương tật cho người lao động bị chấn thương hoặc bị bệnh do công việc.
- trả trợ cấp thương tật cho lao động bị chấn thương và không thể làm việc hoặc kiếm được ít tiền hơn so với trước khi bị chấn thương.
- trả trợ cấp tử tuất cho gia đình người lao động bị tử vong.
- công nhận các bệnh và chấn thương liên quan đến công việc trong đó bao gồm các bệnh do hóa chất, bụi, tiếng ồn, rung lắc và do các yếu tố nguy hiểm khác.

Vai trò của Liên Hợp Quốc, Tổ chức Lao động Quốc tế và các tổ chức quốc tế khác nhằm thúc đẩy quyền của người lao động được giải thích trong Phụ lục A.

Cách thức

Chăm sóc tốt hơn

Nhân viên y tế được đào tạo để nhận biết các dấu hiệu bệnh tật, xác định các vấn đề và điều trị chúng. Tuy nhiên, nhiều nhân viên y tế chưa bao giờ vào nhà máy nên họ biết rất ít về công việc tại nhà máy và các điều kiện làm việc ảnh hưởng đến sức khỏe của người lao động. Nếu có thể:

- sắp xếp cho họ đến thăm các nhà máy và tận mắt thấy các điều kiện làm việc.
- đưa nhân viên y tế đến thăm nhà của người lao động và tham gia các hoạt động cộng đồng.
- tổ chức cuộc họp hoặc hội thảo nơi người lao động của nhà máy trình bày hoặc thể hiện câu chuyện của họ để giúp nhân viên y tế hiểu thêm.

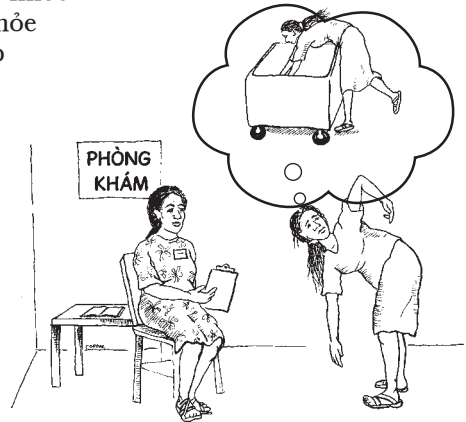
Tại phòng khám

Thông thường khi bạn đến gặp bác sĩ, y tá hoặc nhân viên y tế, họ sẽ hỏi về vấn đề sức khỏe bạn đang gặp phải và tình trạng sức khỏe trước đây của bạn. Bạn hãy cung cấp thông tin đầy đủ ngay cả khi bạn cảm thấy không thoải mái để nhân viên y tế có thể nắm được càng nhiều càng tốt về tình trạng sức khỏe của bạn. Hãy cho nhân viên y tế biết về bất kỳ loại thuốc nào mà bạn đang dùng bao gồm cả aspirin hoặc phương pháp kế hoạch hóa gia đình vì chúng có thể ảnh hưởng đến tác dụng của các loại thuốc điều trị khác.

Trả lời những câu hỏi sau để phân tích sâu hơn vấn đề sức khỏe của bạn:

- Lần đầu tiên khi nào bạn nhận thấy sức khỏe có vấn đề?
- Dấu hiệu nào khiến bạn nghĩ có gì đó không ổn?
- Bạn có thường xuyên có những dấu hiệu này không?
- Bạn đã bao giờ có những dấu hiệu này trước đây hoặc có ai trong gia đình hoặc cộng đồng của bạn đã có trước đây chưa?
- Điều gì làm cho các dấu hiệu trở nên tốt hơn hoặc xấu hơn?

Nếu bạn nghi ngờ vấn đề sức khỏe của bạn liên quan đến hóa chất tại nơi làm việc, hãy cung cấp càng nhiều thông tin càng tốt: tên hóa chất hoặc tên thương mại; dùng để làm gì; màu sắc, mùi hoặc thành phần của hóa chất và bất cứ điều gì khác có thể giúp nhân viên y tế tìm ra đó là hóa chất gì (xem từ trang 157 đến trang 163).



Hầu hết nhân viên y tế không được đào tạo để điều trị bệnh và chấn thương do công việc trong nhà máy gây ra vì thế bạn nên nói cho nhân viên y tế biết chính xác những gì bạn làm tại nơi làm việc.

Cách thức**Chăm sóc tốt hơn** (tiếp theo)

Bạn cũng nên hỏi nhiều câu hỏi để có thể đưa ra quyết định tốt nhất về cách giải quyết vấn đề sức khỏe của bạn. Hãy đảm bảo bạn hiểu những điều nhân viên y tế giải thích:

- Vấn đề này có thể được điều trị theo những cách khác nhau nào? Có biện pháp điều trị tại nhà?
- Điều trị sẽ như thế nào? Có nguy hiểm không?
- Khi nào tôi sẽ khỏe hơn?
- Liệu tôi sẽ được chữa khỏi? Hay vấn đề sức khỏe sẽ quay trở lại?
- Chi phí các xét nghiệm và điều trị là bao nhiêu?
- Có biện pháp điều trị tại nhà không?
- Tại sao vấn đề đó lại xảy ra? Tôi có thể tránh điều đó xảy ra lần nữa không?

Nhiều bác sĩ và y tá không giỏi trong việc cung cấp thông tin hoặc họ có thể bận rộn và không muốn dành thời gian để trả lời câu hỏi của bạn. Hãy tôn trọng và tin tưởng họ, đừng sợ họ vì sức khỏe của bạn phụ thuộc vào các dịch vụ họ cung cấp và bạn nên hài lòng với các dịch vụ bạn nhận được từ họ. Họ nên giải thích cho đến khi bạn hiểu và nếu bạn không hiểu thì đó không phải do bạn không đủ thông minh mà vì họ giải thích không rõ.

Khám sức khỏe

Để biết điều gì xảy ra với bạn và vấn đề sức khỏe của bạn nghiêm trọng đến mức nào, bạn có thể cần phải đi kiểm tra sức khỏe. Kiểm tra sức khỏe bao gồm thăm khám, nghe và cảm nhận phần cơ thể của bạn có vấn đề. Đối với hầu hết các cuộc kiểm tra, bạn chỉ cần kiểm tra phần cơ thể có vấn đề.

- Nếu bạn muốn cảm thấy thoải mái hơn, hãy nhờ một người bạn hoặc thành viên trong gia đình ở lại phòng khám trong khi bạn được khám.

Xét nghiệm

Các xét nghiệm có thể cung cấp thêm thông tin về vấn đề sức khỏe. Nhiều xét nghiệm được thực hiện bằng cách lấy một lượng nhỏ nước tiểu, phân hoặc dịch nhầy từ họng và được gửi đến phòng thí nghiệm hoặc lấy một lượng máu nhỏ từ ngón hoặc cánh tay của bạn.

- Đề nghị nhân viên y tế nói và giải thích cách họ sẽ lấy xét nghiệm cho bạn.
- Hỏi về chi phí trước khi bạn lấy bất kỳ xét nghiệm nào.
- Hỏi nhân viên y tế xem xét nghiệm đó để làm gì và điều gì sẽ xảy ra nếu không làm xét nghiệm đó.

Chăm sóc sức khỏe với sự tôn trọng

Tất cả những người làm công tác chăm sóc sức khỏe phải cố gắng hết sức để cung cấp cho bạn:

- 1. Quyền tiếp cận:** Nếu bạn cần chăm sóc sức khỏe, bạn có thể tiếp cận cơ sở y tế cho dù bạn sống ở đâu hoặc đến từ đâu, bạn có bao nhiêu tiền, tôn giáo, ngôn ngữ, tuổi tác, màu da, niềm tin chính trị của bạn là gì hoặc bạn có vấn đề gì về sức khỏe.
- 2. Thông tin:** Bạn phải được giải thích về vấn đề sức khỏe mà bạn đang gặp phải và các phương pháp điều trị. Nhân viên y tế của bạn sẽ giúp bạn hiểu những gì bạn cần làm để cải thiện và làm thế nào để phòng tránh vấn đề đó xảy ra lần nữa.
- 3. Lựa chọn:** Bạn sẽ có thể chọn liệu bạn có điều trị hay không và điều trị như thế nào. Ngoài ra, nếu có những lựa chọn khác, bạn có thể chọn nơi điều trị.
- 4. An toàn:** Bạn phải được cung cấp thông tin để phòng tránh các tác dụng phụ có hại hoặc các vấn đề sức khỏe mới phát sinh do điều trị.
- 5. Tôn trọng:** Bạn luôn được đối xử tôn trọng và lịch sự.
- 6. Quyền riêng tư:** Những điều bạn nói với bác sĩ, y tá hoặc nhân viên chăm sóc sức khỏe phải được giữ kín, không để người khác nghe thấy hoặc nói lại với bất kỳ ai khác. Kiểm tra sức khỏe phải được thực hiện ở nơi kín đáo để những người khác không thể nhìn thấy cơ thể bạn. Nếu có người khác trong phòng, bạn phải được biết họ là ai và tại sao họ lại ở đó. Bạn có quyền bảo họ ra ngoài nếu bạn không muốn họ ở đó.
- 7. Thoải mái:** Bạn phải được cảm thấy thoải mái nhất có thể khi kiểm tra sức khỏe. Bạn phải được chờ khám ở nơi thoải mái và không phải chờ đợi quá lâu.
- 8. Chăm sóc theo dõi:** Nếu bạn cần chăm sóc thêm, bạn sẽ có thể quay lại khám cùng một người hoặc bạn phải được lấy hồ sơ sức khỏe để đưa đến khám ở các bác sĩ, y tá hoặc nhân viên y tế mới.



Bồi thường người lao động và các dịch vụ xã hội

Thông thường các công ty không muốn chịu trách nhiệm về những chấn thương mà họ gây ra và từ chối hỗ trợ những người lao động khuyết tật. Mặc dù nhiều quốc gia có các chương trình bồi thường, phục hồi chức năng và trợ cấp tàn tật cho người lao động bị chấn thương tại nơi làm việc nhưng các thủ tục giấy tờ và quy trình nộp đơn khiếu nại cũng khó khăn. Nhiều tổ chức của người lao động hỗ trợ cho người lao động để giúp họ nộp đơn khiếu nại. Những người làm việc trong văn phòng giải quyết khiếu nại cũng có thể rất hữu ích.



Nếu chấn thương hoặc vấn đề sức khỏe ngày càng diễn biến xấu đi qua nhiều năm, như hen suyễn, bạn có thể phải trả lời các câu hỏi sau: Bạn phát hiện ra bệnh lần đầu khi nào? Điều gì làm cho nó tồi tệ hơn? Bạn đã điều trị chưa?

Bên cạnh việc giữ thông tin riêng, sẽ rất hữu ích nếu bạn lưu giữ hồ sơ về chấn thương, bệnh tật và bồi thường cho những người lao động khác đặc biệt là nếu có nhiều hơn một người bị ảnh hưởng. Gửi thông tin này đến công đoàn của bạn, ban sức khỏe và an toàn, người sử dụng lao động và các tổ chức cộng đồng có quan tâm. Nếu các mối nguy hiểm trong công việc nghiêm trọng đến mức dẫn đến việc bồi thường cho người lao động, điều đó có thể giúp bạn thúc đẩy mọi người tham gia và hành động để cải thiện các điều kiện làm việc.

Nhà máy có thể không muốn thừa nhận những tác hại xấu và từ chối bồi thường nhưng bạn có thể liên hệ với luật sư, quan chức chính phủ, các tổ chức về môi trường, về người lao động và hội phụ nữ, phóng viên và thậm chí các công ty lớn có sản phẩm được sản xuất tại nhà máy của bạn để kiến nghị.

Các nhóm hỗ trợ cho người lao động bị chấn thương

Người lao động bị chấn thương được hưởng lợi từ việc gặp gỡ và chia sẻ kinh nghiệm của họ về những người cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe, điều trị, hồi phục sức khỏe, dịch vụ xã hội và quay trở lại làm việc. Những lao động có kinh nghiệm có thể giúp những người lao động mới bị chấn thương nộp đơn xin trợ cấp và hỗ trợ về mặt tinh cảm cho những người lao động có khó khăn hồi phục sức khỏe hoặc bị tàn tật vĩnh viễn. Khi người sử dụng lao động và đồng nghiệp chỉ nhìn thấy vết thương, không phải là người bị thương, thì nhóm hỗ trợ có thể giúp bạn thức tỉnh ý thức về giá trị bản thân và niềm tin vào khả năng của chính bạn.

Bảo hiểm xã hội và dịch vụ cho người lao động bị chấn thương

Nếu các bác sĩ lắng nghe người lao động và xác định các chấn thương liên quan đến công việc mà họ gặp phải, thì người lao động bị bệnh hoặc bị thương sẽ phục hồi nhanh chóng và triệt để hơn. Các dịch vụ y tế nên bao gồm phục hồi chức năng về thể chất và nghề nghiệp và các chương trình hỗ trợ quay trở lại làm việc nếu công việc không còn gây nguy hiểm cho người lao động. Đối với người lao động không thể làm công việc của mình trước đây, các chương trình hỗ trợ nên đào tạo họ một công việc phù hợp với tình trạng khuyết tật của họ. Người sử dụng lao động và chính phủ cũng nên có một chương trình bảo hiểm xã hội cho người lao động bị tàn tật vĩnh viễn trong đó bao gồm tiền bồi thường và hỗ trợ tại nơi làm việc và trong cộng đồng.

Mỗi quốc gia có luật pháp khác nhau về chăm sóc sức khỏe từ dịch vụ chăm sóc sức khỏe phổ thông đến dịch vụ tư nhân. Bạn nên tìm hiểu về luật chăm sóc sức khỏe ở nước bạn và sau đó giúp người lao động quyết định vấn đề nào là quan trọng nhất đối với họ ví dụ như chi phí bảo hiểm y tế, thời gian nghỉ để gặp nhân viên y tế, chi phí thuốc men hoặc bảo hiểm y tế cụ thể cho các vấn đề sức khỏe liên quan đến công việc.

Chăm sóc sức khỏe là ưu tiên hàng đầu của công đoàn

Liên minh người lao động ngành may mặc SITRACOR ở Honduras đã triển khai một chiến dịch để người lao động có thể tiếp cận tốt hơn đến dịch vụ chăm sóc sức khỏe. Họ đã đấu tranh cho quyền của người lao động được có thời gian đi kiểm tra sức khỏe và để đảm bảo mọi thành viên đều được đăng ký trong hệ thống bảo hiểm y tế quốc gia. Liên minh đã nhận được rất nhiều sự hỗ trợ từ chính phủ và các tổ chức phi chính phủ khi một lao động bị sảy thai khi đang làm việc sau khi lao động này bị từ chối cho phép đi kiểm tra thai sản trước khi sinh.

SITRACOR cũng làm việc để mở rộng các lợi ích y tế khác cho người lao động ví dụ như họ phát hiện ra nhiều người lao động trong nhà máy may cần chăm sóc mắt do mắt bị kích ứng, chấn thương và môi mắt nhưng toàn bộ chi phí khám mắt và kính không được hệ thống bảo hiểm y tế quốc gia chi trả. SITRACOR vận động để chủ nhà máy trả tiền cho việc chăm sóc mắt của người lao động. Ngoài ra SITRACOR cũng dành chiến thắng các chiến dịch tương tự để đảm bảo nhà máy trả tiền cho các xét nghiệm về bệnh phổi, HIV và ung thư.

Người lao động là người thúc đẩy tinh thần bảo vệ sức khỏe

Người lao động trong nhà máy có thể trở thành người thúc đẩy tinh thần bảo vệ sức khỏe và việc thành lập hoặc tham gia ban an toàn có thể là một sự khởi đầu tốt vì điều đó giúp ngăn ngừa chấn thương tại nơi làm việc. Nhưng những người thúc đẩy tinh thần bảo vệ sức khỏe thậm chí có thể làm được nhiều hơn thế bằng cách chỉ bảo người khác về những nguy hiểm đối với sức khỏe và giúp mọi người tìm giải pháp và cơ hội được chăm sóc khi họ gặp vấn đề về sức khỏe. Một khi những người này là chính người lao động thì họ nắm rõ hơn về các vấn đề trong nhà máy và có thể giúp những người khác học cách xử lý các vấn đề, tìm ra cách ngăn chặn chúng xảy ra lần nữa và tập hợp đấu tranh cho các điều kiện làm việc tốt hơn và lành mạnh hơn cho người lao động. Người lao động thường cảm thấy thoải mái hơn khi nhận lời khuyên từ những đồng nghiệp khi nghe họ chia sẻ kinh nghiệm hơn là từ “người ngoài”. Xem Chương 2 và Chương 3 để biết thêm về việc trở thành người thúc đẩy tinh thần bảo vệ sức khỏe của người lao động.

Bạn có thể xây dựng các khóa đào tạo và tài liệu đào tạo mà người lao động quan tâm và tập trung chú ý bằng cách tìm hiểu vấn đề sức khỏe quan trọng nhất đối với họ là gì. Sử dụng thông tin trong cuốn sách này để xây dựng tài liệu giáo dục sức khỏe để giải thích:

- điều kiện làm việc trong nhà máy đe dọa sức khỏe người lao động như thế nào.
- làm thế nào để ngăn ngừa các vấn đề sức khỏe.
- làm thế nào để nhận biết các dấu hiệu của vấn đề về sức khỏe do những nguy hiểm trong công việc gây ra.
- làm thế nào để đấu tranh cho quyền của người lao động được chăm sóc sức khỏe.



Nhân viên y tế hoặc các nhóm cộng đồng thân thiện có thể giúp phát triển các sách mỏng, áp phích hoặc tổ chức các cuộc thảo luận nhóm hoặc hội thảo về các vấn đề sức khỏe khác nhau. Hãy đảm bảo ngôn ngữ sử dụng trong các cuộc nói chuyện và tài liệu là ngôn ngữ của người lao động và phản ánh các điều kiện công việc và cuộc sống của họ.

Đào tạo về sức khỏe và an toàn cho người lao động

Trung tâm giám sát tài nguyên châu Á (The Asia Monitor Resource Center - AMRC) tổ chức các hội thảo về an toàn và sức khỏe nghề nghiệp cho các cán bộ công đoàn trên toàn châu Á. Thông qua đào tạo và các hoạt động như lập bản đồ các mối nguy hiểm, các cán bộ công đoàn trở thành những người thúc đẩy sức khỏe và an toàn và thành lập các tổ chức an toàn và sức khỏe nghề nghiệp cấp quốc gia. Mặc dù các cán bộ công đoàn không được tham dự nhiều các khóa đào tạo hoặc có các thiết bị chuyên dụng nhưng họ thường có hiểu biết về địa phương và kinh nghiệm làm việc thực tế tốt hơn. Điều này giúp họ có ảnh hưởng thực sự đến cuộc sống của người lao động. Ở Campuchia, Indonesia và Trung Quốc, họ tổ chức các hoạt động công đoàn để loại bỏ các mối nguy hiểm trong nhà máy, đào tạo người lao động và người sử dụng lao động về an toàn lao động cơ bản và các trang thiết bị bảo vệ cá nhân.

Các vấn đề sức khỏe thường gặp

Người lao động gặp nhiều vấn đề sức khỏe mà thường gặp tại cộng đồng sinh sống. Tuy các vấn đề đó không phải do công việc của nhà máy gây ra nhưng điều kiện làm việc trong nhà máy khiến tình trạng sức khỏe của họ trở nên xấu hơn do ảnh hưởng:

- Nguyên nhân bị bệnh và mức độ thường xuyên bị bệnh: các mối nguy hiểm khi làm việc, bao gồm thông gió kém, hít phải hóa chất, thực phẩm kém chất lượng và nhà vệ sinh bẩn có thể làm suy yếu khả năng của cơ thể chống lại bệnh tật và lây nhiễm.
- Mức độ nhiễm bệnh: Hóa chất và bụi trong không khí có thể tác động xấu đến hệ hô hấp. Thực phẩm kém chất lượng và nhà vệ sinh bẩn dễ lây lan mầm bệnh.
- Mức độ hồi phục của cơ thể: Người lao động không có thời gian để nghỉ ngơi hoặc đi gặp bác sĩ sẽ khiến bệnh lâu khỏi hơn.
- Khả năng lây nhiễm bệnh từ người khác: Không có thời gian hoặc nước sạch để rửa tay thường xuyên hay hệ thống thông gió thay vì luân chuyển không khí sạch thì lại dẫn không khí bẩn khắp nơi làm việc. Chính những yếu tố này sẽ góp phần lây lan mầm bệnh trong nhà máy.

Do người lao động dành phần lớn thời gian tại nơi làm việc nên nhà máy là một nơi lý tưởng để tiến hành nâng cao sức khỏe người lao động. Người sử dụng lao động sẵn sàng hỗ trợ nhằm tăng cường sức khỏe cho người lao động trong và ngoài nhà máy. Người lao động khỏe mạnh sẽ ít nghỉ việc và làm việc hiệu quả hơn. Họ cũng có thể tự chăm sóc bản thân và gia đình tốt hơn và tham gia tích cực hơn vào cộng đồng nơi họ sinh sống. Chủ doanh nghiệp nên để người lao động tham gia từ đầu khi lập và triển khai chương trình nâng cao sức khỏe cho người lao động.

Đào tạo và tổ chức hội thảo về sức khỏe và vệ sinh: Chia sẻ với người lao động hoặc tiến hành khảo sát để tìm ra các vấn đề sức khỏe thường gặp nhất ở người lao động. Người sử dụng lao động có thể dành thời gian cho người lao động tham gia các khóa đào tạo về sức khỏe nếu không, công việc sẽ ảnh hưởng đến sức khỏe của người lao động. Nên sáng tạo trong việc tìm cách kết hợp các vấn đề liên quan đến công việc vào các buổi chia sẻ về sức khỏe. Tổ chức các khóa đào tạo riêng cho phụ nữ nếu nơi đó sức khỏe của lao động nữ được thảo luận một cách cởi mở.

Nguồn cung cấp: Nguồn cung cấp vật tư cơ bản có thể giúp ngăn ngừa các vấn đề sức khỏe phổ biến. Tìm kiếm nhà tài trợ và hỗ trợ như trạm y tế hoặc cửa hàng địa phương và đề nghị chủ doanh nghiệp cung cấp xà phòng, băng vệ sinh, thuốc giảm đau và đồ uống bù nước bên cạnh các vật tư hữu ích khác.

Khám sàng lọc ung thư, HIV và bệnh lây nhiễm qua đường tình dục miễn phí: Các phòng khám y tế hoặc phòng khám phi lợi nhuận tại địa phương thường tổ chức sàng lọc phát hiện ung thư sớm chẳng hạn như phết tế bào để kiểm tra ung thư cổ tử cung. Việc sàng lọc bệnh lây nhiễm qua đường tình dục rất hữu ích nếu người lao động được đảm bảo quyền riêng tư, bảo mật và điều trị miễn phí.

Các chiến dịch tiêm chủng: Mời đơn vị y tế đến tiêm chủng miễn phí tại nhà máy trước và sau giờ làm việc hoặc trong bữa trưa.

Điều trị các vấn đề sức khỏe phổ biến

Hầu hết khi điều trị bệnh người lao động cần được nghỉ ngơi, ăn thực phẩm bổ dưỡng và uống nhiều nước. Bạn có thể học cách nhận biết khi nào bạn cần gặp bác sĩ.

Cảm lạnh thông thường là do virus gây ra và không thể chữa khỏi bằng kháng sinh vì nó chỉ có tác dụng chống nhiễm trùng do vi khuẩn. Uống nhiều nước, súp, nước trái cây và nghỉ ngơi. Một số công ty được bán thuốc điều trị cảm cúm với giá cao nhưng bạn vẫn điều trị hiệu quả khi sử dụng thuốc aspirin hoặc acetaminophen đơn giản và ít tốn kém. Cảm lạnh dễ dàng truyền từ người này sang người khác do đó cần phải rửa tay thường xuyên, che miệng khi bạn hắt hơi hoặc ho và nói với người khác làm điều tương tự.

Nhiễm trùng đường tiết niệu (UTI) và nhiễm trùng bàng quang ảnh hưởng đến phụ nữ nhiều hơn nam giới vì ống dẫn tiểu của nữ ngắn hơn, do đó vi trùng có thể dễ dàng xâm nhập. Vi trùng có thể xâm nhập vào hệ thống tiết niệu khi phụ nữ quan hệ tình dục, không uống đủ nước hoặc nhịn không đi tiểu. Uống nhiều nước hoặc trà tại nơi làm việc của bạn để điều trị, bạn không nên uống nước ngọt. Nếu bạn không cảm thấy khỏe hơn sau 2 ngày điều trị chỉ bằng cách uống nước, bạn có thể phải dùng thuốc kháng sinh (cotrimoxazole hoặc những loại khác). Hãy tìm gặp nhân viên y tế hoặc xem *Phụ nữ cần làm gì khi không có bác sĩ*, ở trang 368.

Tiêu chảy có thể do nhiều nguyên nhân và thường thì không cần dùng thuốc nhưng nếu một người mất quá nhiều nước thì người đó phải uống nhiều nước và ăn các thực phẩm bổ dưỡng. Nếu bạn bị tiêu chảy, hãy pha và uống ít nhất 3 lít nước tại nhà. Hãy pha 1 lít nước với nửa muỗng cà phê muối và 8 muỗng cà phê đường và đảm bảo rằng bạn không cho nhiều muối vì muối có thể làm bạn mất nước nhiều hơn.

Viêm kết mạc (đau mắt đỏ) là một bệnh nhiễm trùng do vi khuẩn. Điều trị ngay bằng thuốc mỡ mắt kháng sinh (thường là tetracycline). Xem *Cần làm gì khi không có bác sĩ* ở trang 378.

Bệnh lao có thể lây sang đồng nghiệp và gia đình nếu bạn không được điều trị. Để biết thông tin về bệnh lao, xem Chương 31.

Đọc *Cần làm gì khi không có bác sĩ*, *Phụ nữ cần làm gì khi không có bác sĩ*, và các cuốn sách khác của Hesperian để tìm hiểu thêm về các vấn đề sức khỏe và cách điều trị chúng. Nhưng hãy nhớ: Thuốc không thay thế được cho việc chăm sóc sức khỏe. Chăm sóc sức khỏe tốt bao gồm việc giải thích lý do tại sao một người có vấn đề về sức khỏe, họ có thể làm gì để tốt hơn và làm thế nào để có thể phòng tránh vấn đề đó trong tương lai.



Thông tin sức khỏe

Lao động nữ tổ chức thông qua hoạt động nâng cao sức khỏe

Chúng tôi là Hiệp hội Phụ nữ tự làm chủ (Self-Employed Women's Association - SEWA), một tổ chức công đoàn đại diện cho 1,3 triệu lao động nữ ở Ấn Độ. Chúng tôi đấu tranh để có điều kiện làm việc tốt hơn cho lao động nữ. Một trong những vấn đề lớn nhất mà nữ lao động đang gặp phải đó là họ không được tiếp cận với dịch vụ chăm sóc sức khỏe. Do đó chúng tôi đã tổ chức nhiều cuộc họp với lao động nữ khi họ nói về việc chi phí cao, không có thời gian hay tiền bạc để đến bác sĩ khám và dịch vụ y tế nào họ thực sự muốn. Vì thế chúng tôi đã quyết định chúng tôi cần mang các dịch vụ y tế đến gần lao động nữ hơn để họ có thể dễ dàng tiếp cận. Trước hết, chúng tôi làm việc trong một cộng đồng nhỏ ở nông thôn để giúp xây dựng một chương trình chăm sóc sức khỏe ban đầu cho cộng đồng. Ban đầu lao động nữ chỉ nghĩ chúng tôi là một tổ chức thực hiện kế hoạch hóa gia đình vì nhiều tổ chức trước đó chỉ quan tâm đến vấn đề kế hoạch hóa gia đình. Khi chúng tôi có được lòng tin của mọi người và tìm hiểu về một số vấn đề mà lao động nữ đang gặp phải, chúng tôi sớm nhận ra rằng những người hiểu rõ vấn đề nhất là chính lao động nữ. Thế nên chúng tôi bắt đầu đào tạo phụ nữ địa phương thành nhân viên y tế để đáp ứng nhu cầu của cộng đồng. Chúng tôi đã nhận được sự giúp đỡ từ Trung tâm giáo dục sức khỏe, đào tạo và nhận thức dinh dưỡng (Center for Health Education, Training, and Nutrition Awareness - CHETNA) và họ đã giúp chúng tôi đào tạo một nhóm với 10 phụ nữ đầu tiên.

Ban đầu nhóm phụ nữ này cảm thấy nản lòng và nói rằng họ chưa bao giờ đến trường! Vậy làm sao có thể mong đợi họ trở thành nhân viên y tế cho cộng đồng? Mọi người sẽ cười nhạo họ. Nhưng về sau nhóm phụ nữ này nhận ra rằng họ đã biết một số bài thuốc cổ truyền, họ hiểu về văn hóa địa phương và biết vấn đề là gì. Chúng tôi luôn bắt đầu với những gì phụ nữ đã biết và sau đó hỏi họ những gì họ muốn học, những gì quan trọng đối với họ và cộng đồng của họ. Hiện tại họ đã thành lập một hợp tác xã giúp những phụ nữ khác trở thành những người quảng bá về việc bảo vệ sức khỏe, cung cấp thuốc giá rẻ, điều hành các trung tâm điều trị lao và cung cấp bảo hiểm y tế và các dịch vụ khác.

