

# COVID 19



YENİ KORONAVİRÜS RİSKİNE KARŞI

## #14 KURAL



Ellerinizi sık sık su ve sabun ile en az 20 saniye boyunca ovarak yıkayın.



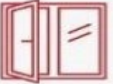
Öksürme veya hapşırma sırasında ağız ve burunu tek kullanımlık mendille kapatın, mendil yoksa dirseğin iç kısmını kullanın



Soğuk algınlığı belirtileri gösteren kişilerle aranızda en az 3-4 adım mesafe koyun



Yurt dışı seyahatlerinizi iptal edin ya da erteleyin



Bulduğunuz ortamları sık sık havalandırın



Kapı kolları, armatürler, lavabolar gibi sık kullandığınız yüzeyleri su ve deterjanla her gün temizleyin



Kıyafetlerinizi 60-90°C'de normal deterjanla yıkayın



Tokalaşma, sarılma gibi yakın temaslardan kaçının



Ateş, öksürük, nefes darlığı gibi şikayetleriniz varsa, maske takarak bir sağlık kuruluşuna başvurun



Soğuk algınlığı belirtileriniz varsa yaşlılar ve kronik hastalarla temas etmeyin, maske takmadan dışarı çıkmayın



Ellerinizi gözlerinize, ağızınıza ve burnunuza dokunmayın



Hiçbir kişisel eşyanızı (havlu gibi gündelik eşyaları) ortak kullanmayın.



Yurt dışından dönüşte ilk 14 günü evinizde geçirin



Bol sıvı tüketin, dengeli beslenin, uyku düzeninize dikkat edin



Dr. FAHRETTİN KOCA  
T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI



# DARILMAK YOK

# SAĞLIĞIMIZ İÇİN



## VİRÜS SALGININA KARŞI MÜCADELEYE

# DESTEK OLALIM



Ellerinizi sık sık su ve sabun ile en az 20 saniye boyunca ovarak yıkayın.



Öksürme veya hapşırma sırasında ağız ve burunu tek kullanımlık mendille kapatın, mendil yoksa dirseğin iç kısmını kullanın



Ellerinizle gözlerinizi, ağızınızı ve burununuza dokunmayın



Soğuk algınlığı belirtileri gösteren kişilerle aranızda en az 3-4 adım mesafe koyun



Kapı kolları, amortifler, lavabolar gibi sık kullandığınız yüzeyleri su ve deterjanla her gün temizleyin



Yurt dışından dönüştükten itibaren en az 14 gün evinizde geçirin



Bulduğunuz ortamın sık sık havalandırın



Tokalaşma, sarılma gibi yakın temaslardan kaçın



Hiçbir kişisel eşyanızı (hanırlar gibi gündelik eşyaları) ortak kullanmayın.



Kıyafetlerinizi 60-90°C'de normal deterjanla yıkayın



Soğuk algınlığı belirtileriniz varsa yağlılar ve kronik hastalılarla temas etmeyin, maske takmadan dışarı çıkmayın



Bol sıvı tüketin, dengeli beslenin, uyku düzeninize dikkat edin



ZİYARETTEN ÖNCE  
ELLERİNİZİ YIKAYIN



TOKALAŞMAYIN



MESAFENİZİ KORUYUN

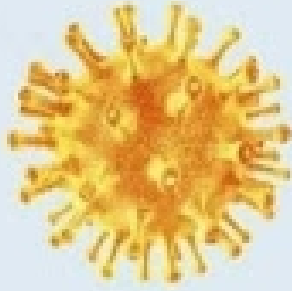


ÖKSÜRME VE HAPŞIRMA  
EŞYASINCA AĞZINIZI  
DIRSEĞİNİZLE KAPATIN



SARILMAYIN

# Yeni tip koronavirüs hakkında bilinmesi gerekenler



## YENİ TIP KORONAVİRÜS NEDİR?

Çin'in Wuhan kentinde ortaya çıkan yeni tip koronavirüs, solunum yolu enfeksiyonu yapan bir virüstür.



Bazı hayvanlarda bulunan virüs, hayvanlardan insanlara bulaşabilir ve bu şekilde yayılabilir.



Yeni koronavirüsün hangi hayvandan insanlara geçtiği henüz saptanamadı.



## KORUNMAK İÇİN NELER YAPILMALI?



El hijyenine önem verilmeli.



Kapalı alanlar sık sık havalandırılmalı.



Gıdalar tüketilmeden önce iyice yıkanmalı.



Kirli ellerle ağız, burun ve gözlere dokunulmamalı.



Tokaşma ve sarılmadan kaçınılmalı, olabildiğince kalabalık ortamlardan uzak durulmalı.



Eller en az 20 saniye boyunca sabun ve suyla yıkanmalı, sabun ve suyun olmadığı durumlarda alkol içerikli el antiseptiği kullanılmalı.



Bağışıklık sistemini güçlendirmek için dengeli ve sağlıklı beslenilmeli.



Öksürme veya hapırma sırasında ağız ve burun tek kullanımlık mendille kapatılmalı, mendil yoksa dirseğin iç kısmı kullanılmalı.



## NASIL BULAŞIR?

Hasta kişilerin öksürme veya hapırmasıyla ortaya saçtığı damlacıklar yoluyla bulaşır.

## BELİRTİLERİ NELER?



Ateş



Solunum sıkıntısı



Öksürük



## BELİRTİLERİ VARSA NELER YAPILMALI?

Son 14 gün içinde virüsün görüldüğü ülkelerden birinden geldiyse veya hastalık belirtileriniz varsa cerrahi maske takarak en yakın sağlık kuruluşuna başvurun.



## TEDAVİ İÇİN İLAÇ VAR MI?

Yeni tip koronavirüse özel bir tedavi bulunmuyor. Hastanın genel durumuna göre gerekli destekleyici tedavi uygulanıyor.

## COVID-19 hastalığı nasıl bulaşır?

- Enfekte bir kişinin öksürmesi ve hapşırması esnasındaki damlacıklar yoluyla direkt ya da hapşırılan öksürülen yüzeylerden temas yoluyla dolaylı olarak bulaşır.



**ATEŞ**



**ÖKSÜRÜK**



**SOLUNUM SIKINTISI**



**ELLERİNİZİ  
DEZENFEKTE  
EDİNİZ**



**KORUYUCU  
MASKENİ  
KULLAN**



**ELLERİNİZİ  
DEZENFEKTE  
EDİN**

1249



**ÖLÜMLE**  
**TOKALAŞMA**  
**SOSYAL**  
**MESAFEYİ KORU**



## HACI SANİ KONUKOĞLU MTAL PANDAMİ BİLGİLENDİRME LEVHALARI



El temizliğine dikkat edilmelidir.



Çevreleriyle doğrudan temas ettikten sonra eller sık sık temizlenmelidir.



Mümkünse kalabalık ve yerlere girilmemelidir.



Çiftlikler, canlı hayvan pazarları ve hayvanların kesilebileceği yüksek riskli alanlardan kaçınılmalıdır.