



# KORONAVİRÜS VE KORUNMA YOLLARI (COVID-19)

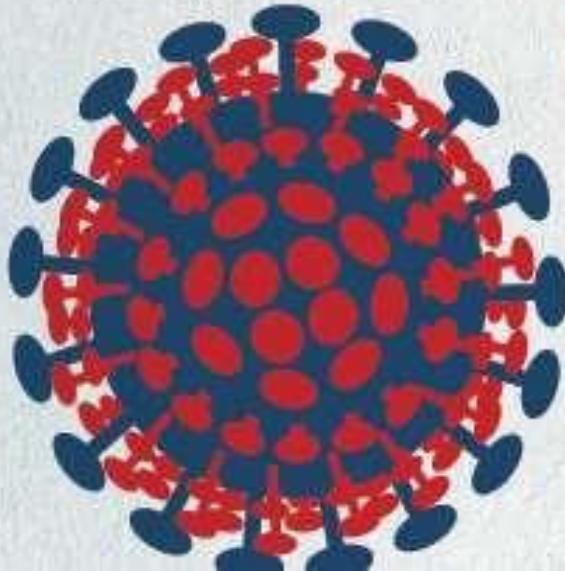
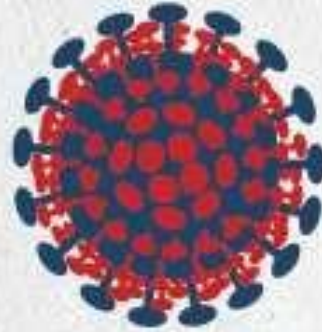
*Bu sunum;  
T.C. Sağlık Bakanlığı web sitesinde yer alan bilgilendirmeler doğrultusunda  
hazırlanmıştır.*

---

# YENİ KORONAVİRÜS NEDİR?

---

Yeni Koronavirüs solunum yolu enfeksiyonu yapan bir virüstür.



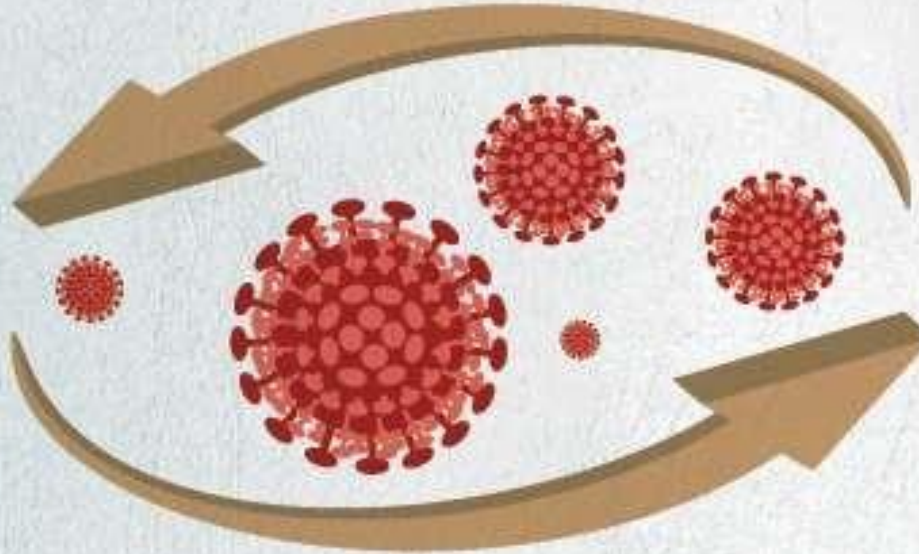
---

# YENİ KORONAVİRÜS

## NASIL BULAŞIR?

---

Hasta kişilerin öksürme veya hapşırma ile ortaya saçtığı damlacıkların ortamdaki diğer bireylerin ağız, burun ve gözlerine temasıyla, damlacıkların yapıştığı yüzeylere dokunduktan sonra ellerin ağız, burun veya göze götürülmesiyle bulaşabilmektedir.



# YENİ KORONAVİRÜS BELİRTİLERİ NELERDİR?

En çok karşılaşılan belirtiler ateş, öksürük ve solunum sıkıntısıdır.

Şiddetli vakalarda zatürre, ağır solunum yetmezliği, böbrek yetmezliği ve ölüm gelişebilir.

Yeni Koronavirüsün kuluçka süresi 2 ila 14 gündür.

38,5 °C VE ÜZERİ



ATEŞ



SOLUNUM  
SIKINTISI



ÖKSÜRÜK

# KORUNMAK İÇİN NELER YAPILMALIDIR?

Akut solunum yolu enfeksiyonlarının bulaşma riskini azaltmaya yönelik öneriler, Yeni Koronavirüs enfeksiyonu için de geçerlidir.

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



Tokalaşma ve sarılmadan kaçınılmalıdır.



Olabildiğince kalabalık ortamlardan uzak durulmalıdır.

Kirli ellerle ağız, burun ve gözlere dokunulmamalıdır.

**ZORUNLU  
OLMADIKÇA**

# KORUNMAK İÇİN NELER YAPILMALIDIR?

El hijyenine önem verilmelidir.  
Eller en az 20 saniye boyunca sabun  
ve suyla yıkanmalı, sabun ve suyun  
olmadığı durumlarda alkol içerikli el  
antiseptiği kullanılmalıdır.



Sınıflar ve iş yerleri başta olmak  
üzere kapalı alanlar sık sık  
havalandırılmalıdır.

Bağışıklık sistemini  
güçlendirmek için dengeli  
ve sağlıklı beslenilmelidir.  
Gıdalar tüketilmeden önce  
iyice yıkanmalıdır.



# Ellerinizi sık yıkayınız

KAPI KOLU,  
ELEKTRİK /ASANSÖR DÜĞMESİ,  
MERDİVEN  
KORKULUKLARI VB.



- ✓ Öksürük ve hapşırık sonrası
- ✓ Yemek hazırlamadan önce ve hazırladıktan sonra
- ✓ Yemek yemeden önce
- ✓ Tuvalete girerken ve çıkınca
- ✓ Eller görünür şekilde kirlendiğinde
- ✓ Canlı veya ölü hayvanlarla temas sonrasında

# Dođru El Yıkamanın Aşamaları;



**1** El ve bilekler su ile ıslatılır,



**2** Avuç içine yeterli kadar sabun alınır,



**3** Sabun ellerin bütün yüzeylerine dağıtılarak iyice köpürtülür,



**4** El sırtları diğer elin avucu ile ovulur,



**5** Avuçlar birleştirilip parmak araları temizlenir,



**6** Eller kenetlenip parmak uçları ovulur,



**7** Başparmak diğer elin avucunda ovulur,



**8** Parmak uçları diğer elin avucunda ovulur,



**9** Eller bol su ile durulanır,



**10** Eller temiz bir havlu veya kağıt havlu ile kurulanır.



# BELİRTİLERİ VARSA NELER YAPILMALIDIR?



Son 14 gün içerisinde enfeksiyon görülen ülkelerin birinden geldiyseniz cerrahi maske takarak en yakın sağlık kuruluşuna başvurun.

Eğer öksürüyorsanız, ateşiniz varsa ve nefes almakta zorlanıyorsanız, cerrahi maske takarak en yakın sağlık kuruluşuna başvurun.

Evde izolasyon önerilen bir kişiyle aynı odada bulunduğunuz anlarda maskenizi mutlaka takın.



**SAĞLIKLI  
BİREYLERİN  
TAKMASI  
GEREKMEZ!**

# HATIRLAYIN

Koronavirüs: Korunmak için ne yapabilirsiniz?



Ellerinizi yıkayın



Öksürürken mendil kullanın



Yüzünüze dokunmamaya çalışın