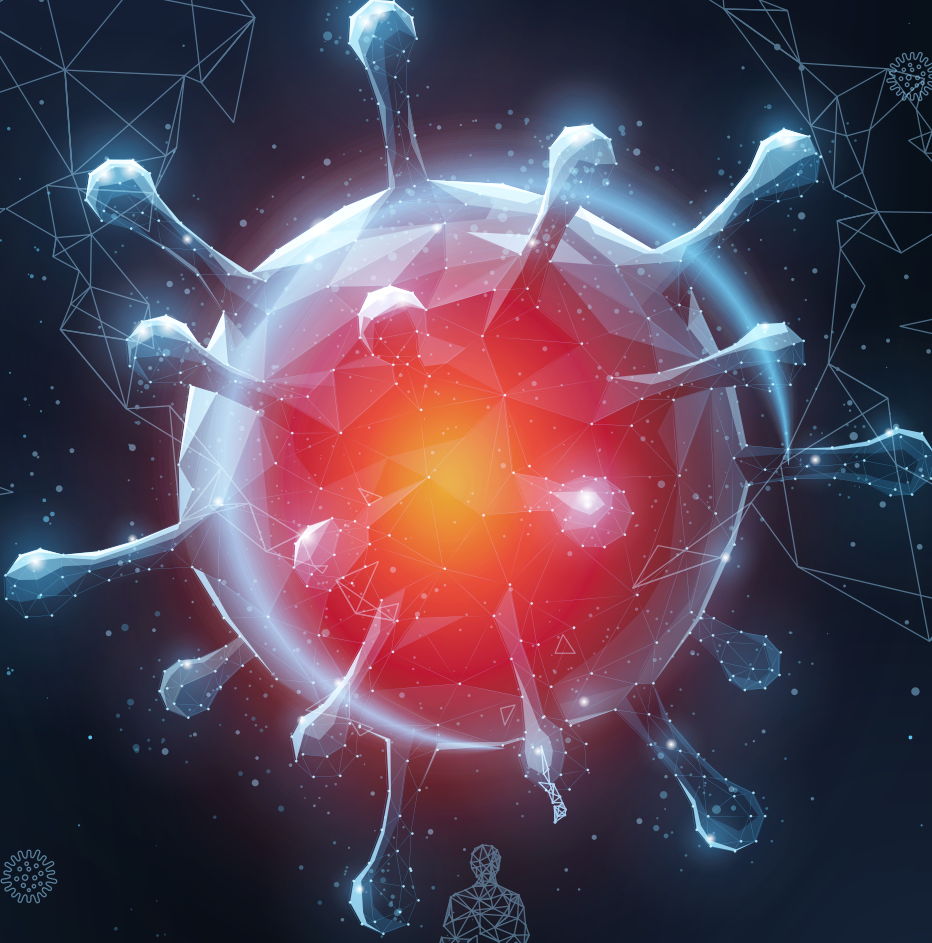




İSTANBUL  
BÜYÜKŞEHİR  
BELEDİYESİ

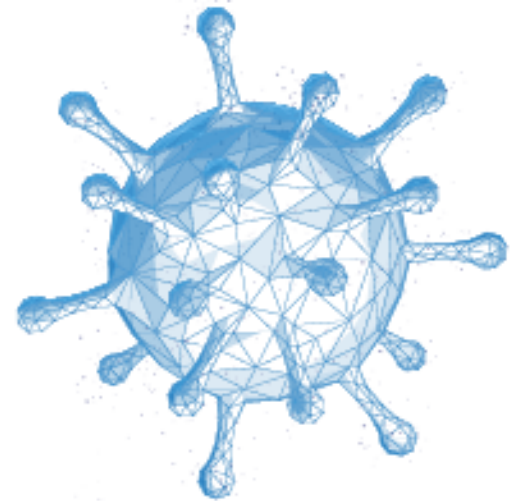
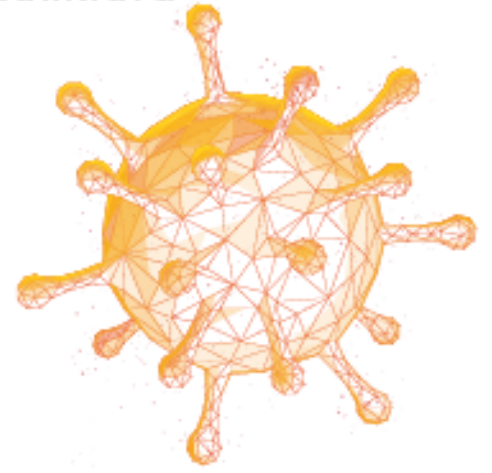
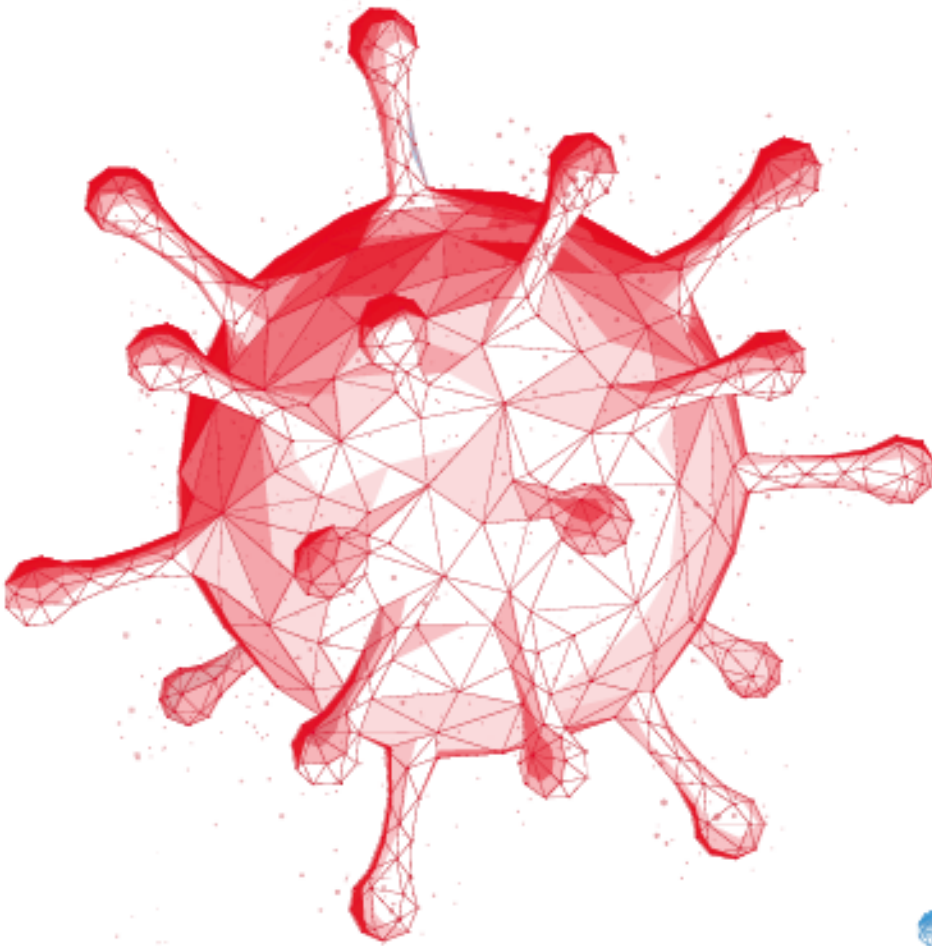
# YENİ KORONAVİRÜS

2019 - nCoV HASTALIĞI



# Koronavirüs NEDİR?

Koronavirüsler (CoV), basit soğuk algınlığından, Orta Doğu Solunum Sendromu (MERS-CoV) ve Şiddetli Akut Solunum Sendromu (SARS-CoV) gibi daha ciddi hastalıklara kadar çeşitli hastalıklara neden olan büyük bir virüs ailesidir.



2019- nCoV olarak da bilinen SARS-CoV-2'nin elektron mikroskobu görüntüsü, COVID-19'a neden olan virüs  
Fotoğraf: Niald Rml /NATIONAL INSTITUTES OF HEALTH HANDOUT/EPA

# COVID-19 NEDİR?



COVID-19, keşfedilen son koronavirüsün neden olduğu bulaşıcı hastalıktır. Bu yeni virüs ve salgın hastalık Aralık 2019'da Wuhan'da (Çin) ortaya çıkmasından önce bilinmiyordu.



## **Tarihçe:**

- 31 Aralık 2019'da DSÖ Çin Ülke Ofisi, Çin'in Hubei eyaletinin Wuhan şehrinde etiyolojisi bilinmeyen pnömoni vakalarını bildirdi.
- 7 Ocak 2020'de etken daha önce insanlarda tespit edilmemiş yeni bir koronavirüs (2019-nCoV) olarak tanımlandı.
- İnsan, yarası, domuz, kedi, köpek, kemirgen ve kanatlılarda (evcil ve yabani hayvanlarda) bulunabileceği anlaşıldı.

# COVID-19'un BELİRTİLERİ NELERDİR?

COVID-19'un en yaygın semptomları ateş, halsizlik ve kuru öksürüktür. Bazı hastalarda ağrı, burun tıkanıklığı, burun akıntısı, boğaz ağrısı veya ishal de görülür.

Bu semptomlar genellikle hafiftir ve yavaş yavaş ortaya çıkar. Bazı insanlar enfekte olmasına rağmen hiçbir semptomu yoktur ve kendilerini iyi hissederler. Çoğu hasta, (yaklaşık %80) herhangi bir özel tedaviye ihtiyaç duymadan iyileşir. Hastalığı olan her altı kişiden yaklaşık birinde dispne dahil daha şiddetli semptomlar vardır.

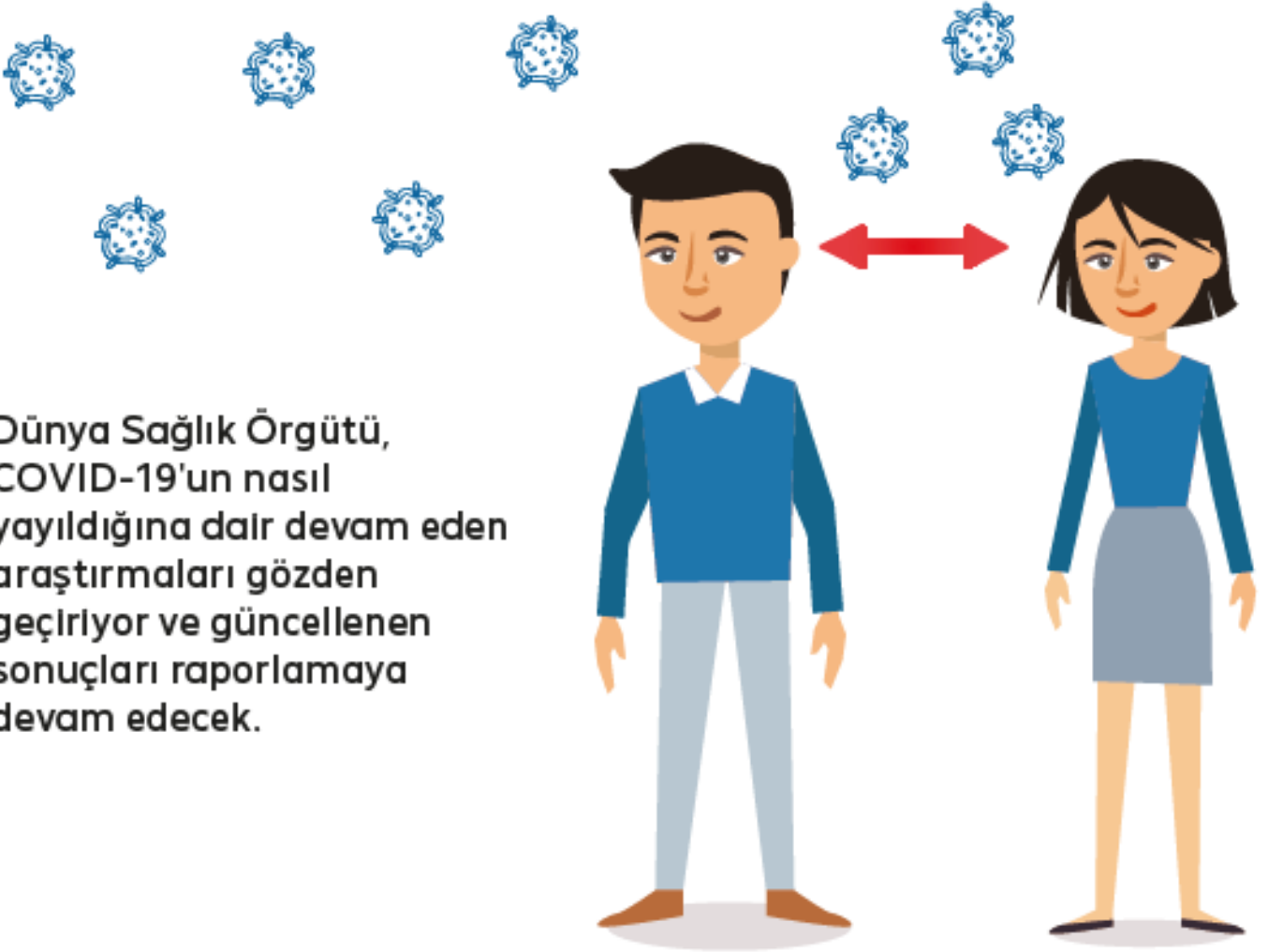
Yaşlılar ve diğer sağlık sorunları olanların (Hipertansiyon, kalp problemleri veya diyabet) ciddi semptomlara sahip olma olasılığı daha yüksektir. Hasta insanların yaklaşık %2'si kaybedilmiştir.

Enfeksiyonun yaygın belirtileri; solunum semptomları, ateş, öksürük ve dispnedir. Daha ciddi vakalarda, pnömoni (zatürree), ağır akut solunum yolu enfeksiyonu, böbrek yetmezliği ve hatta ölüm gelişebilir.



# COVID NASIL YAYILIR?

COVID-19 virüsü olan kişiler aracılığıyla bulaşır. Hastalık, bir kişi öksürdüğünde veya hapşırduğunda burun veya ağızdan atılan solunum damlacıkları (partikül) yoluyla kişiden kişiye bulaşabilir. Bu damlacıklar, söz konusu kişinin etrafındaki nesnelere veya yüzeylerde bulunabilir. Bu nesnelere veya yüzeylere dokunduktan sonra gözlerinize, burnunuza veya ağızınıza dokunursanız, COVID-19 ile infekte olabilirsiniz. COVID-19 ayrıca öksürmüş veya hapşırılmış hasta bir kişiden yayılan damlacıkların solunması ile de bulaşabilir. Bu yüzden hasta bir kişiden bir metreden uzak durmak önemlidir.



Dünya Sağlık Örgütü, COVID-19'un nasıl yayıldığına dair devam eden araştırmaları gözden geçiriyor ve güncellenen sonuçları raporlamaya devam edecek.

# COVID-19'dan SORUMLU VIRÜS HAVA YOLUYLA BULAŞABİLİR Mİ?

Bugüne kadar yapılan çalışmalar, COVID-19'dan sorumlu virüsün, havadan ziyade solunum damlacıkları ile temas yoluyla bulaşabileceğini düşündürmektedir.

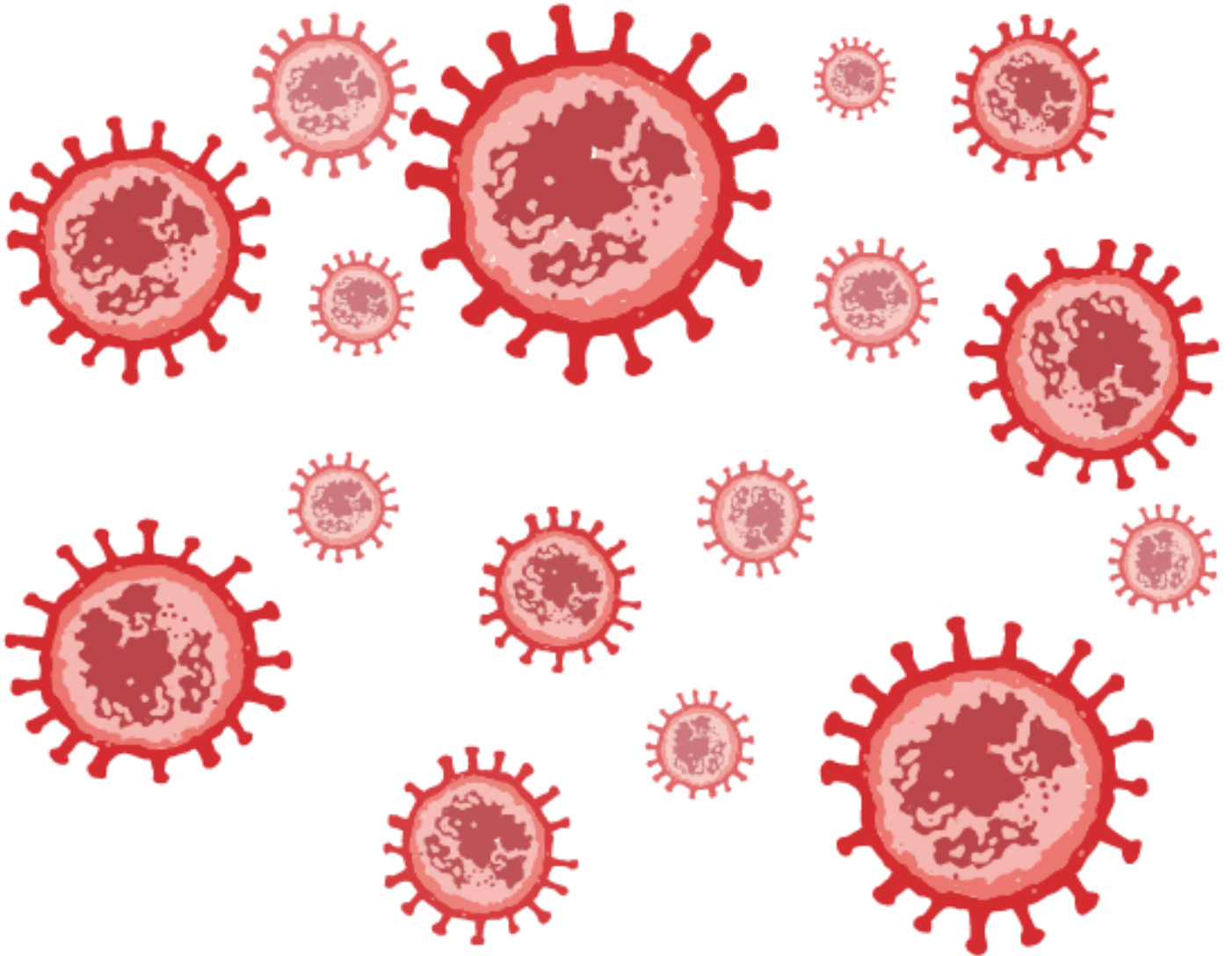


## Semptomu olmayan bir kişiden COVID-19'U ALABİLİR MİSİNİZ?

Hastalık esas olarak öksüren insanlar tarafından atılan solunum damlacıkları ile yayılır. Semptomu olmayan bir kişiden COVID-19 ile infekte olma riski çok düşüktür. Bununla birlikte, birçok insan sadece hafif semptomlara sahiptir. Bu, özellikle hastalığın erken evrelerinde geçerlidir. Bu nedenle, örneğin sadece hafif öksürüğü olan ancak hasta hissetmeyen bir kişiyle temas halinde COVID-19 ile infekte olmak mümkündür. DSÖ, Covid-19 ile karşılaşanların izolasyonunun zamanında yapılmasına ilişkin devam eden araştırmaları gözden geçiriyor ve güncellenmiş sonuçları bildirmeye devam edecek.

# COVID-19 DIŐKI YOLUYLA YAYILIR MI?

Enfekte bir kişinin dıŐkısına COVID-19 bulaŐması riski dıŐk gibi görünmektedir. İlk araŐtırmalar, virüsün bazı durumlarda dıŐkida mevcut olabileceğini ancak salgının esas olarak bu yoldan yayılmadığını göstermektedir. DSÖ, COVID-19'un nasıl yayıldığına dair devam eden araştırmaları gözden geçiriyor ve yeni sonuçları iletmeye devam edecek. Bununla birlikte, risk mevcut olduğu için, tuvaleti kullandıktan sonra ve yemekten önce ellerinizi düzenli olarak yıkamak ek bir önlemdir.



# Kendimi nasıl koruyabilirim ve HASTALIĞIN YAYILMASINI NASIL ÖNLEYEBİLİRİM?

## Herkes için **KORUYUCU ÖNLEMLER:**

DSÖ web sitesinden ve Sağlık Bakanlığının duyurularından temin edilebilen COVID-19 salgınıyla ilgili en son bilgileri takip edin. COVID-19 hala Çin'deki birçok insanı etkilemekte ve salgınlar diğer ülkelerde de yaygınlaşmaktadır. Enfekte kişilerin çoğu hafif semptomlara sahiptir ve iyileşir ancak diğerleri hastalığın daha şiddetli bir formuna sahip olabilir. Aşağıdaki ipuçlarını izleyerek sağlığınıza dikkat edin ve başkalarını koruyun:

- **Ellerinizi sık sık ve hidroalkolik bir çözelti veya sabun ve su ile yıkayın.**

Çünkü; Ellerinizi hidroalkolik bir solüsyonla veya sabun ve su ile yıkamak, ellinizde varsa virüsü öldürür.

- **Öksüren veya hapşıran diğer insanlardan en az bir metre mesafeyi koruyun.**

Çünkü; Bir kişi öksürdüğünde veya hapşırdığında, virüsü içerebilecek küçük damlacıklar saçar. Çok yakınsanız, bu damlacıkları ve dolayısıyla öksüren kişi bir taşıyıcıysa COVID-19'dan sorumlu virüsü soluyabilirsiniz.

- **Gözlerinize, burnunuza ve ağızınıza dokunmaktan kaçının.**

Çünkü; Eller virüsle kontamine olabilecek birçok yüzeye temas halindedir. Gözlerinize, burnunuza veya ağızınıza dokunursanız, virüs vücudunuza girebilir ve hastalanabilirsiniz.



# Kendimi nasıl koruyabilirim ve HASTALIĞIN YAYILMASINI NASIL ÖNLEYEBİLİRİM?

- Solunum hijyeni kurallarına uyduğunuzdan ve etrafınızdaki kişilerin de aynı şeyi yaptığından emin olun. Öksürme veya hapşırma durumunda, ağızınızı ve burnunuzu dirseğin iç kısmı veya bir mendille örtün ve hemen sonra mendili atın.

Çünkü; Solunum damlacıkları virüsleri yayar. Solunum hijyeni kurallarına uyarak çevrenizdeki kişileri soğuk algınlığı, grip veya COVID-19 gibi virüslerden korursunuz.

- Kendinizi iyi hissetmiyorsanız, evde kalın. Ateş, öksürük ve nefes darlığı durumunda bir doktora danışın. Sağlık Bakanlığının talimatlarını izleyin.

Çünkü; Sağlık Bakanlığı, dünyada ve bulunduğunuz bölgedeki durum hakkında en son bilgilere sahiptir. Alle Hekiminiz sizi en uygun sağlık kuruluşuna hızlı bir şekilde yönlendirebilir. Buna ek olarak sizi koruyacak ve virüsler ile diğer bulaşıcı ajanların yayılmasını önleyecektir.

- COVID-19 ile ilgili en son gelişmeleri takip edin. Kendinizi ve başkalarını COVID-19'dan nasıl koruyacağınız konusunda doktorunuzun, ulusal ve yerel yetkililerin veya tavsiyelerine uyun.

Çünkü; COVID-19'un bulunduğunuz bölgedeki yayılmasıyla ilgili en son bilgiler ulusal ve yerel yetkililerde mevcuttur. Korunma konusunda en geçerli tavsiyeler de onlar tarafından dile getirilebilecektir.

# Kendimi nasıl koruyabilirim ve HASTALIĞIN YAYILMASINI NASIL ÖNLEYEBİLİRİM?

COVID-19'un yayıldığı alanları (son 14 gün içinde)

ziyaret etmiş kişiler için

## KORUYUCU ÖNLEMLER:

- Yukarıda sunulan tavsiyelere uyun.  
(Herkes için koruyucu önlemler)

- Kendinizi hasta hissetmeye başlarsanız, baş ağrısı ve burun akıntısı gibi hafif semptomlarınız olsa bile, iyileşene kadar evden çıkmayın.

Çünkü; Diğer İnsanlarla temastan kaçınmak ve gereklilik hall dışında sağlık tesislerine gitmemek, bu tesislerin daha verimli çalışmasını sağlayacak, sizi ve diğer İnsanları COVID-19 ile diğer viral hastalıklardan koruyacaktır.

- Bir solunum yolu enfeksiyonu veya başka ciddi bir durum olabileceğinden ateş, öksürük ve nefes darlığı durumunda derhal tıbbi yardım alın. Doktorunuzu arayın ve yakın zamanda seyahat ettiyseniz veya gezginlerle iletişim kurduysanız bildirin.

Çünkü; Eğer ararsanız, doktorunuz sizi en uygun sağlık kuruluşuna hızlı bir şekilde yönlendirebilir. Ayrıca sizi koruyacak ve COVID-19 ve diğer viral hastalıkların yayılmasını önleyecektir.

# COVID-19'u ALMA OLASILIĞI NEDİR?

Risk, yaşadığınız ya da yakın zamanda seyahat ettiğiniz yere bağlıdır. Birden fazla kişide COVID-19 tanısı konulan bölgelerde daha yüksektir. Şu anda COVID-19 vakalarının %95'i çoğunluğu Hubei eyaletinde olmak üzere Çin'de meydana gelmektedir. Dünyanın diğer birçok bölgesinde, COVID-19'u alma riski şu anda düşüktür ancak bölgenizdeki durumu ve hazırlık çabalarını kesinlikle takip etmelisiniz.

DSÖ, COVID-19 salgınlarını izlemek ve bunlara yanıt vermek için Çin ve dünyadaki sağlık yetkilileriyle birlikte çalışmaktadır.

## 2019-nCoV KORONAVİRÜS



# COVID-19 BENİ ENDİŞELENDİRMELİ Mİ?

COVID-19'un yayıldığı bir bölgede değilseniz, bu alanlardan birinden geri dönmediyseniz veya hasta olan biriyle yakın temasta değilseniz, hastalığa yakalanma riski şu an için düşüktür. Bununla birlikte, bu durum hakkında stresli veya endişeli olabileceğiniz anlayışla karşılanabilir. Bu nedenle, makul önlemleri almak için tam olarak karşı karşıya bulunduğunuz riskleri belirlemek için güncel bilgi ve verilere güvenmelisiniz. Aile Hekiminiz ve Sağlık Bakanlığı yetkilileri size COVID-19 ve bölgenizdeki varlığı hakkında doğru bilgi verebilir.

COVID-19 salgını olan bir bölgede iseniz, enfeksiyon riskini ciddiye almalısınız. Ulusal ve yerel sağlık makamlarının tavsiyelerine uyun. COVID-19 çoğu insanda sadece hafif semptomlara neden olurken, bazı insanlar ciddi şekilde etkilenebilir. Daha nadiren, hastalık ölümcül olabilir. Yaşlılar ve halihazırda başka sağlık problemleri olanlar (örneğin yüksek tansiyon, kalp problemleri veya diyabet) hastalığa daha yatkın görünmektedir. (COVID-19'un yayıldığı alanları ziyaret etmişseniz (son 14 gün içinde) veya ziyaret etmiş kişiler ile birlikteyseniz Koruyucu Önlemlere bakınız.)



# COVID-19 BENİ ENDİŞELENDİRMELİ Mİ?

## Kimler hastalığın ciddi bir formunu **GELİŞTİRME RİSKİ ALTINDADIR?**

COVID-19'un bireyleri nasıl etkilediğine dair bilgilerimiz hâlâ derinleştirmemiz gerekse de, şimdiye kadar, yaşlılar ve zaten başka hastalıklardan (yüksek tansiyon, diyabet veya kalp hastalığı gibi) muzdarip insanlar diğerlerine göre daha sık etkileniyor gibi görünmektedir.



## Antibiyotikler COVID-19'un **ÖNLENMESİNDE VEYA TEDAVİSİNDE ETKİLİ MİDİR?**

Hayır, antibiyotikler virüslere karşı değil, sadece bakteriyel enfeksiyonlara karşı etkilidir. COVID-19'a bir virüs neden olduğu için antibiyotikler etkisizdir. COVID-19'u önlemek veya tedavi etmek için antibiyotikler kullanılmamalıdır.



# COVID-19 BENİ ENDİŞELENDİRMELİ Mİ?

## COVID-19 için etkili bir AŞI, İLAÇ VEYA TEDAVİ VAR MI?

Henüz değil. Bugüne kadar, COVID-19'u önlemek veya tedavi etmek için aşı veya spesifik antiviral ilaç yoktur. Bununla birlikte, etkilenen insanlar semptomları hafifletmeye özen göstermelidir. Ciddi derecede hasta olan insanlar hastaneye yatırılmalıdır. Çoğu hasta, destekleyici bakım ile iyileşir.

Olası aşılar ve bazı spesifik tedaviler araştırılmaktadır ve klinik çalışmalarda test edilmektedir. DSÖ, COVID-19'u önlemek ve tedavi etmek için aşı ve ilaç geliştirme çabalarını koordine etmektedir.



# COVID-19, SARS İLE AYNI HASTALIK MIDIR?

Hayır, COVID-19'dan sorumlu virüs ve ciddi akut solunum sendromuna (SARS) neden olan virüs genetik olarak akrabadır, ancak farklıdır. SARS, COVID-19'dan daha ölümcül ama çok daha az bulaşıcıdır. 2003 yılından bu yana dünya çapında hiçbir SARS olgusu görülmedi.

## Kendimi korumak için **MASKE TAKMAM GEREKİR Mİ?**

Öksürük gibi solunum semptomları olmayan kişilerin tıbbi maske takmaları gerekmez. WHO, COVID-19 semptomları olan ve semptomları olan hastalara (öksürük ve ateş) bakanlara maske takılmasını önerir. Maske takmak, sağlık çalışanları ve hastaya bakan insanlar için (evde veya bakım tesisinde) gereklidir.

DSÖ, değerli kaynakların israfını ve maskelerin kötüye kullanılma riskini önlemek için tıbbi maskelerin rasyonel kullanımını önermektedir. Maske, yalnızca öksürme veya hapşırma gibi solunum yolu semptomlarınız varsa, COVID-19'un hafif semptomlardan şüpheleniliyorsa veya COVID-19'dan şüphelenilen birisine bakıyorsanız önerilmektedir. COVID-19, vakaların bildirildiği bir bölgeye seyahat eden veya bu bölgelere seyahat eden ve hastalanan biriyle yakın temasta bulunmuş kişilerde düşünülmelidir.

Kendinizi ve başkalarını COVID-19'dan korumanın en iyi yolu, ellerinizi sık sık yıkamak, öksürürken veya hapşırırken ağızınızı dirseğinizin iç kısmı veya bir mendil ile kapatmak, öksüren veya hapşıran herkesten en az 1 metre uzakta durmaktır.

# Maske nasıl takılır, kullanılır, çıkarılır VE ATILIR?



1. Unutmayın, sadece sağlık çalışanları, bakıcılar ve solunum semptomları olan kişiler (ateş ve öksürük) maske takmalıdır.
2. Bir maske takmadan önce ellerinizi hidroalkolik bir solüsyonla veya sabun ve su ile yıkayın.
3. Maskenin yırtılmadığını veya delinmediğini kontrol edin.
4. Maskeyi doğru yönde (metal şerit yukarı doğru) yönlendirin.
5. Maskenin renkli yüzünün dışarı doğru yerleştirildiğini kontrol edin.
6. Maskeyi yüzünüze yerleştirin. Metal şeridi veya maskenin sert kenarını burun şekline uyacak şekilde sıkıştırın.
7. Ağız ve çeneyi örtmek için maskenin alt kısmını çekin.
8. Kullandıktan sonra maskeyi çıkarın, maskeyi kontamine olabilecek herhangi bir parçasına dokunmaktan kaçınmak için maskeyi yüzünüzden ve gıysilerinizden uzağa taşıırken lastik bantları kulakların arkasından çıkarın.
9. Maskeyi kullanımdan hemen sonra kapalı bir çöp kutusuna atın.
10. Maskeye dokunduktan veya attıktan sonra, ellerinizi hidroalkolik bir solüsyonla veya gözle görülür şekilde kirlenmişse sabun ve suyla yıkayın.



# COVID-19'un Kuluçka SÜRESİ NE KADARDIR?

Kuluçka dönemi, enfeksiyon ile hastalığın semptomlarının başlangıcı arasındaki zamandır. Şu anda COVID-19 kuluçka döneminin 1 ila 14 gün arasında ve çoğu zaman yaklaşık beş gün sürdüğü tahmin edilmektedir. Yeni veriler kullanıma sunuldukça bu tahminler güncellenecektir.



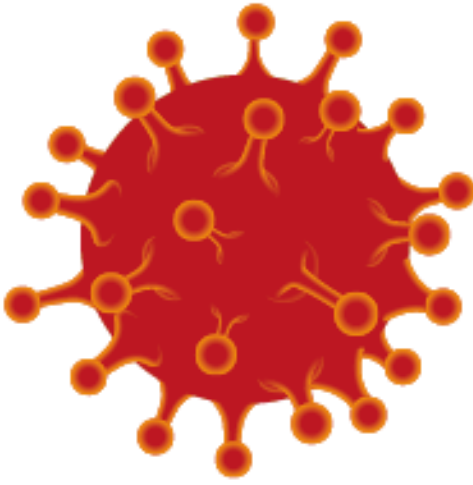
## İnsanlar COVID-19'u BİR HAYVAN KAYNAĞINDAN ALABİLİR Mİ?

Koronavirüsler, yarasalarda ve diğer hayvanlarda yaygın olarak bulunan büyük bir virüs ailesidir. Nadir durumlarda, bu virüsler insanları enfekte eder, bu da enfeksiyonu yayabilir. Bu nedenle, SARS-CoV medeniyetlerle ilişkilidir, MERS-CoV ise tek hörgüçlüler tarafından iletilir. COVID-19'un olası hayvan kaynakları henüz doğrulanmamıştır.

Kendinizi korumak için, örneğin canlı hayvan pazarlarına gittiğinizde, hayvanlarla ve hayvanlarla temas eden yüzeylerle doğrudan temastan kaçınmalı ve dalma gıda güvenliği ile ilgili kurallara uymalısınız. Çiğ et, süt ve organ etleri, pişirilmesi amaçlanmayan yiyecekleri kirletmemek için dikkatle kullanılmalı ve çiğ veya az pişmiş hayvansal ürünlerin tüketiminden kaçınılmalıdır.

# Evcil hayvanım COVID-19'u bana İLETEBİLİR Mİ?

Hayır, köpekler veya kediler gibi evcil hayvanların veya diğer hayvanların COVID-19'dan sorumlu virüsle enfekte olabileceğine veya yayılabileceğine dair bir kanıt yoktur.



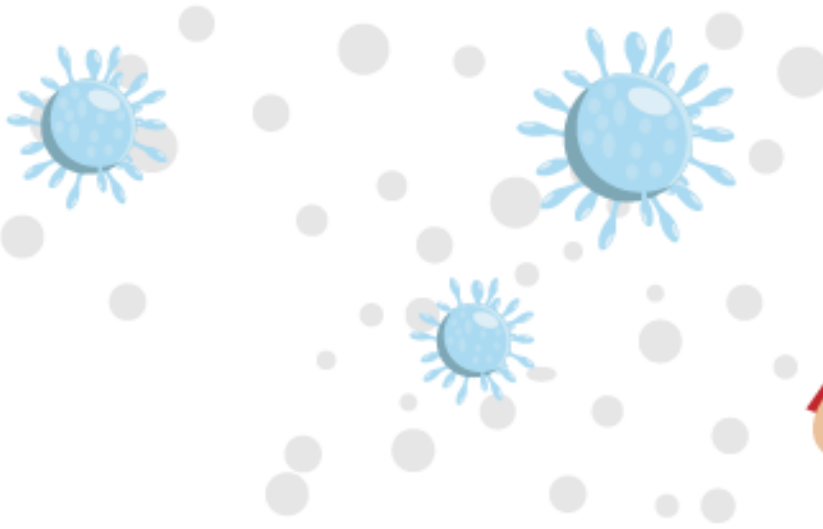
## Virüs yüzeylerde NE KADAR SÜRE HAYATTA KALABİLİR?

COVID-19'dan sorumlu virüsün yüzeylerde ne kadar süre hayatta kaldığı belirsizdir ancak diğer koronavirüsler gibi davranmaktadır. Çalışmalar (ve COVID-19 hakkındaki ön bilgiler), koronavirüslerin yüzeylerde birkaç saat ile birkaç gün canlı kalabileceğini göstermektedir. Bu farklı parametrelere (örneğin yüzey tipi, sıcaklık veya ortam nemi) bağlı olabilir.

Bir yüzeyin enfekte olabileceğinden şüpheleniyorsanız, virüsü öldürmek, kendinizi ve diğerlerini korumak için düzenli bir dezenfektanla temizleyin. Ellerinizi hidroalkolik bir solüsyonla veya sabun ve su ile yıkayın. Gözlerinize, ağızınıza veya burnunuza dokunmaktan kaçınin.

# COVID-19'un bildirildiği bir alandan paket almak **GÜVENLİ MİDİR?**

Hayır. Enfekte bir kişinin malları kontamine etme olasılığı ve COVID-19'dan sorumlu virüsün taşınmış, seyahat edilmiş ve farklı koşullara ve sıcaklıklara maruz bırakılmış bir paket ile temas ettirilmesi riski düşük de olsa mevcuttur.



## Yapmamanız **GEREKEN ŞEYLER VAR MI?**

Aşağıdaki önlemler gerekli **DEĞİLDİR**, COVID-19'a karşı etkisizdir ve hatta tehlikeli olabilir:

- Duman
- Geleneksel bitkisel ilaçlar
- Aynı anda birden fazla maske takmak
- Kendi kendine ilaç tedavisi için antibiyotik kullanmak

Her durumda, ateş, öksürük ve nefes darlığı durumunda enfeksiyonun kötüleşme riskini sınırlamak için gecikmeden bir doktora danışın ve son zamanlarda herhangi bir yolculuk yapıp yapmadığınızı söyleyin.

# Yeni koronavirüse karşı temel koruyucu **ÖNLEMLER**



## Ellerinizi **SIK SIK YIKAYIN**

- Ellerinizi düzenli olarak ve alkol bazlı bir dezenfektan ile ovarak temizleyin veya sabun ve su ile yıkayın.  
Çünkü; Ellerinizi sabun ve su ile yıkamak veya alkol bazlı dezenfektan ile ovmak ellerinizde yerleşmiş olabilecek virüsleri öldürür.

## Sosyal **MESAFEYİ KORUYUN**

- Öksüren veya hapşıran herkes ile aranızda en az 1 metre mesafe bırakın.  
Çünkü; Birisi öksürdüğünde veya hapşırdığında, burun veya ağızdan virüs içerebilecek küçük sıvı damlacıkları püskürtür. Çok yakınsanız, öksüren kişinin hastalığı da varsa COVID 19 virüsü de dahil olmak üzere damlacıkları içinize çekebilirsiniz.

## Göz, burun ve ağza **DOKUNMAKTAN KAÇININ**

- Çünkü; Eller birçok yüzeye dokunur ve virüsle bulaşmış olabilir. Sonrasında, elleriniz virüsü gözlerinize, burnunuza veya ağızınıza aktarabilir. Oradan, virüs tüm vücudunuza yayılabilir ve sizi hasta edebilir.

# Yeni koronavirüse karşı temel koruyucu **ÖNLEMLER**



## Solunum

### **HiJYENİNİ UYGULAYIN**

- Sizin ve çevrenizdeki insanların iyi bir solunum hijyeni uyguladığından emin olun. Bu, öksürdüğünüzde veya hapşırdığınızda ağızınızı ve burnunuzu büktüğünüz dirsek veya mendille kaplamak anlamına gelir. Ardından kullanılmış mendili hemen atın.

Çünkü; Damlacıklar virüs yayar. İyi bir solunum hijyeni uygulayarak çevrenizdeki kişileri soğuk algınlığı, grip ve COVID-19 gibi virüslerden korursunuz.

## Ateş, öksürük ve nefes almada zorluk çekiyorsanız **ERKEN TIBBİ YARDIM ALIN**

- Kendinizi iyi hissetmiyorsanız evde kalın. Ateş, öksürük ve nefes almada zorluk çekiyorsanız, tıbbi yardım alın ve doktorunuza gitmeden önce arayın. Sağlık Bakanlığının talimatlarını izleyin.

Çünkü; Ulusal ve yerel yetkililer bölgenizdeki durum hakkında en güncel bilgilere sahip olacaktır. Önceden aramak, sağlık uzmanınızın sizi hızlı bir şekilde doğru sağlık kuruluşuna yönlendirmesini sağlayacaktır. Bu ayrıca sizi koruyacak, virüslerin ve diğer enfeksiyonların yayılmasını önlemeye yardımcı olacaktır.

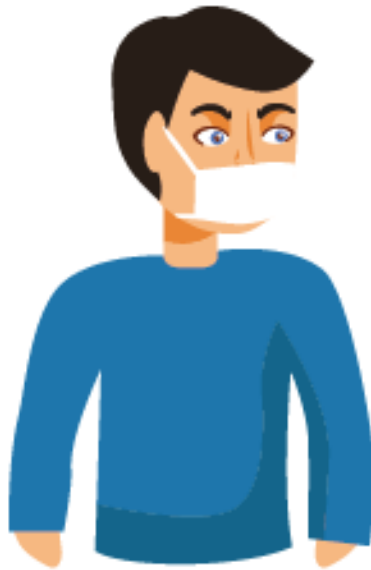
# Yeni koronavirüse karşı temel koruyucu ÖNLEMLER



## Haberdar olun ve sağlık uzmanınız tarafından **VERİLEN TAVSİYELERE UYUN**

- COVID-19 hakkındaki son gelişmelerden haberdar olun. Kendinizi ve başkalarını COVID-19'dan nasıl koruyacağınız konusunda sağlık uzmanınız veya ulusal ve yerel halk sağlığı otoritesi tarafından verilen tavsiyelere uyun.

Çünkü; Ulusal ve yerel yetkililer, COVID-19'un bölgenize yayılıp yayılmadığına dair en güncel bilgilere sahip olacaklardır. Bölgenizdeki insanların kendilerini korumak için ne yapmaları gerektiği konusunda tavsiyelerde bulunmak için en iyi şekilde yerleştirilirler.



# Yeni koronavirüse karşı temel koruyucu **ÖNLEMLER**



## COVID-19'un yayıldığı alanları son 14 günde veya daha yakın zamanda ziyaret etmiş kişiler için **KORUMA ÖNLEMLERİ**

- Yukarıda belirtilen yönergeleri izleyin.  
(Herkes için koruyucu önlemler)
- İyileşmeye başlarsanız, baş ağrısı ve hafif burun akıntısı gibi hafif semptomlarla bile tam anlamıyla iyileşene kadar evde kalın. Çünkü, başkalarıyla temastan kaçınmak ve tıbbi tesislere müracaat etmemek, bu tesislerin daha etkili çalışmasını sağlayacağı gibi, sizi ve diğerlerini olası COVID-19 ve diğer virüslerden korumaya yardımcı olacaktır.
- Ateş, öksürük ve nefes almada zorluk çekiyorsanız, derhal tıbbi yardım alın, çünkü bu alt solunum yolu enfeksiyonu veya diğer ciddi durumlardan kaynaklanabilir. Seyahat acentenizi arayarak, yolcularla irtibat kurmasını söyleyin. Doktorunuza gitmeden önce arayın, önceden aramak sizi hızlı bir şekilde doğru sağlık kuruluşuna yönlendirmesini sağlayacaktır. Bu ayrıca COVID-19 ve diğer virüslerin olası yayılmasını önlemeye de yardımcı olacaktır.

## Kendinizi ve başkalarını **HASTALANMAKTAN KORUYUN**

KAYNAK : [www.who.int](http://www.who.int)



# YENİ KORONAVİRÜS

2019 - nCoV HASTALIĞI

