

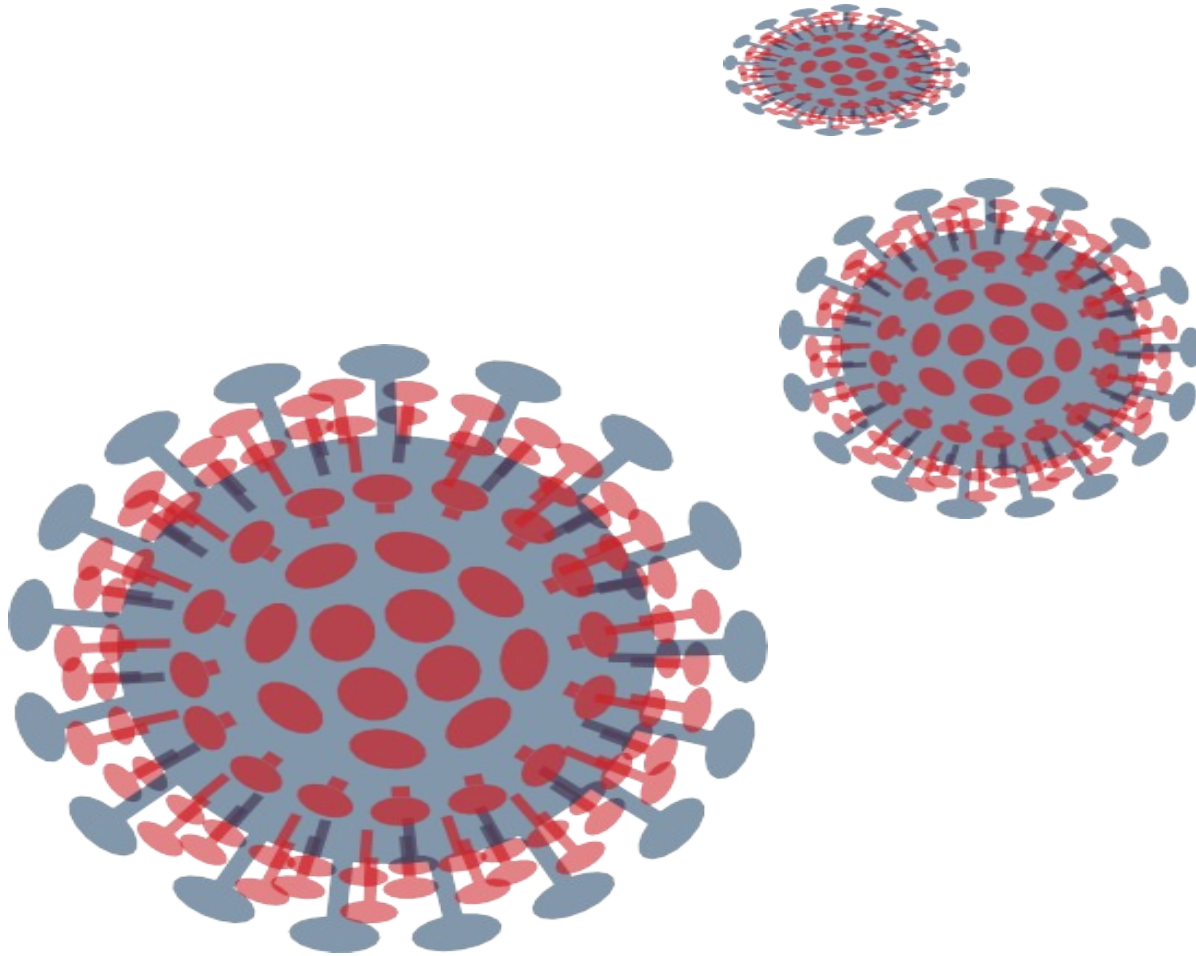


Dr. Müjdat Kaya
İşyeri Hekimi
/Occupational Physician

Bulaşıcı Hastalıklardan
(COVID-19) Korunma
Yöntemleri

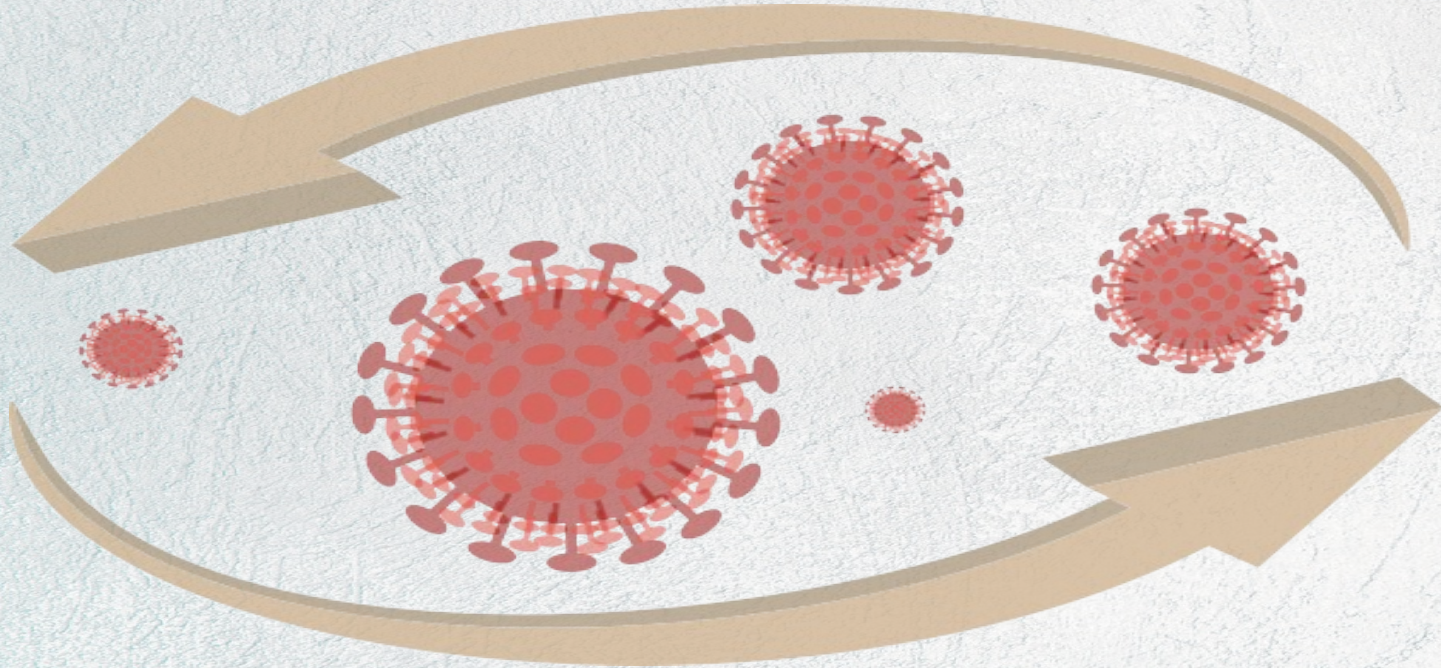
YENİ KORONAVİRÜS NEDİR?

Yeni Koronavirüs solunum yolu enfeksiyonu yapan bir virüstür.



YENİ KORONAVİRÜS NASIL BULAŞIR?

Hasta kişilerin öksürme veya hapşırmayla 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, halsizlik, eklem ağrısı, öksürük, ishal ve solunum sıkıntısıdır.

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



Koronavirüs 2019-nCoV

BELİRTİLERİ



Ateş



Öksürük



Nefes
Darlığı



Boğaz
Ağrısı



Baş
Ağrısı

Korunmak için Neler Yapmalıyız?

Ellerimizi sık sık su ve sabunla yıkayalım.



Ellerimizi ne zaman yıkamalıyız?

- Yemek yemeden önce
- Tuvalete girerken ve çıkarken
- Eller görünür şekilde kirlendiğinde
- Öksürük ve hapşırık sonrası
- Yemek hazırlamadan önce ve hazırladıktan sonra





Ellerinizi su ile yıkayın.



Her iki elinizin bütün yüzeylerini sabunlayın.



Avuç içlerini ovun.

saglikdanisma.NET hizmetidir.



Sağ el ile sol el sırtını ve parmakların arasını ovun, diğer el için de aynı hareketleri tekrarlayın.



Parmaklarınızın arasını parmaklarınızı birbirine geçirerek ovun.



Parmaklarınızın sırtı el ayalarınıza gelecek şekilde parmaklarınızı kenetleyin.



Sol el başparmağını sağ el avuç içi ile çevirerek ovun.



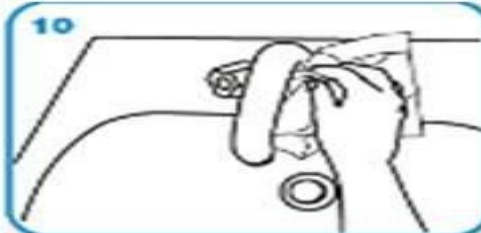
Birleştirdiğiniz sağ el parmak uçlarını sol el avuç içinde ileri geri ovuşturun.



Ellerinizi su ile durulayın.



Ellerinizi tek kullanımlık kağıt havlu ile iyice kurulayın.



Kağıt havlu ile musluğu kapatınız.



... elleriniz artık güvende!

saglikdanisma.NET hizmetidir.

Korunmak için Neler Yapmalıyız?

Su ve sabun yoksa ne yapalım?

- Ellerimizi alkol bazlı el antiseptiđi ile temizleyelim.



KORUNMAK İÇİN NELER YAPILMALIDIR?

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

Öksürme veya hapşıрма 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.

Tıbbi maske nasıl takılır?



Eller en az
20 saniye
sabunla yıkanır



Katlı kısım dışa, metal
şerit burun üstüne
gelecek şekilde takılır



Lastikli ise
kulak kepçesinden
geçirilir



İpli ise başın
arkasından ve
enseden bağlanır



Burun üstüne denk
gelen metal şeridin
üstüne bastırılır



Burun, ağız ve çeneyi
tamamen kapatacak
şekilde yerleştirilir

TIBBİ MASKE GÜVENLİ BİÇİMDE NASIL KULLANILIR?

YAPILMASI GEREKENLER



Maskenin üst kısmının neresi olduğuna bakın; üst kısım genellikle metal şeridin olduğu sert kısımdır.



Maskenin renkli olan yüzü dışa baksın



Maskedeki metal şeridi burnunuzun şekline oturacak şekilde bastırın



Maskeyi, burnunuzu, ağzınızı ve çenenizi kapatacak şekilde yüzünüze yerleştirin.



Maskeyi kenarlarda hiç boşluk kalmadan yüzünüze oturtun



Maskeye hiç dokunmayın



Maskeyi kulaklarınızın ya da başınızın arka tarafından çıkarın



Maskeyi çıkarırken yüzünüzden ya da çevredeki yüzeylerden uzak olmasını sağlayın



Çıkardıktan hemen sonra maskeyi tercihen üstü kapalı bir çöp kutusuna atın



Maskeyi attıktan sonra ellerinizi yıkayın

Unutmayın: Sadece maske sizi COVID-19'a karşı koruyamaz. Başkalarıyla en az 1 metre mesafeniz olsun ve maske yüzünüzdeyken bile ellerinizi sık sık ve baştan sona yıkayın.



World Health Organization
who.int/epi-win

TIBBİ MASKE GÜVENLİ BİÇİMDE NASIL KULLANILIR?

YAPILMAMASI GEREKENLER



Yırtık ya da nemli maske kullanmayın



Maskeyi sadece ağzınızı ya da burnunuzu kapatacak şekilde kullanmayın



Maskeniz gevşek olmasın



Maskenin ön kısmına dokunmayın



Başkasıyla konuşmak için maskeyi çıkarmayın ya da maskeye dokunmanız gerektirecek başka işler yapmayın



Kullandığınız maskeyi başkalarının ulaşabileceği yerlere bırakmayın



Maskeyi yeniden kullanmayın

Unutmayın: Sadece maske sizi COVID-19'a karşı koruyamaz. Başkalarıyla en az 1 metre mesafeniz olsun ve maske yüzünüzdeyken bile ellerinizi sık sık ve baştan sona yıkayın.



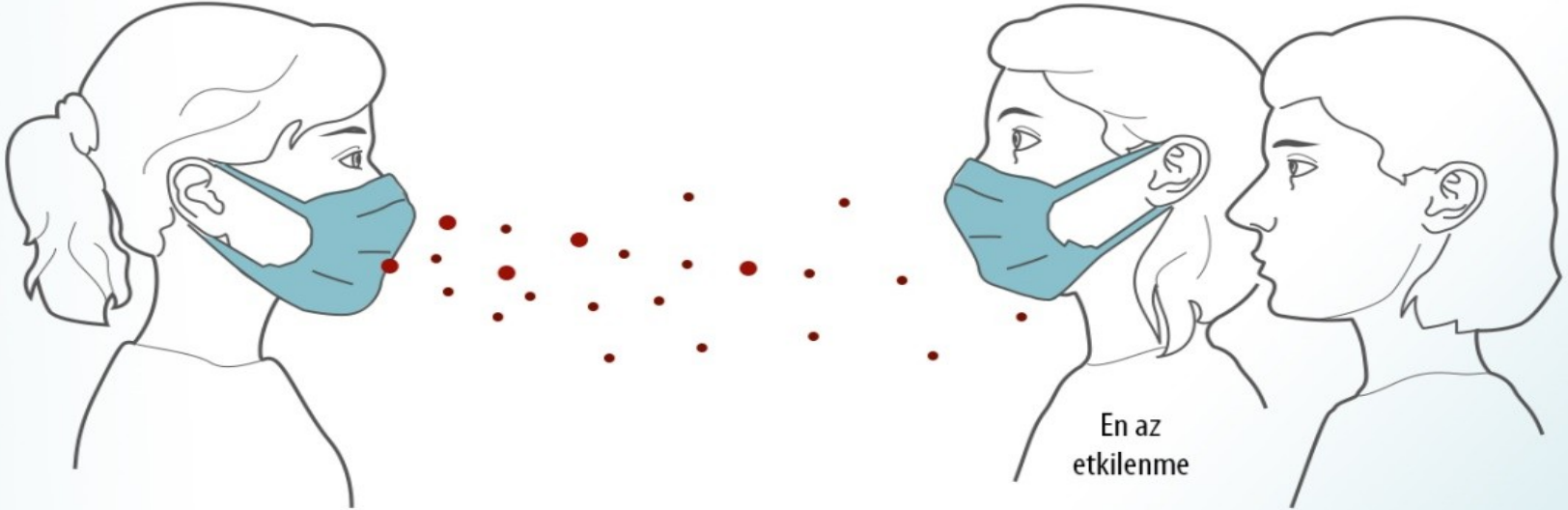
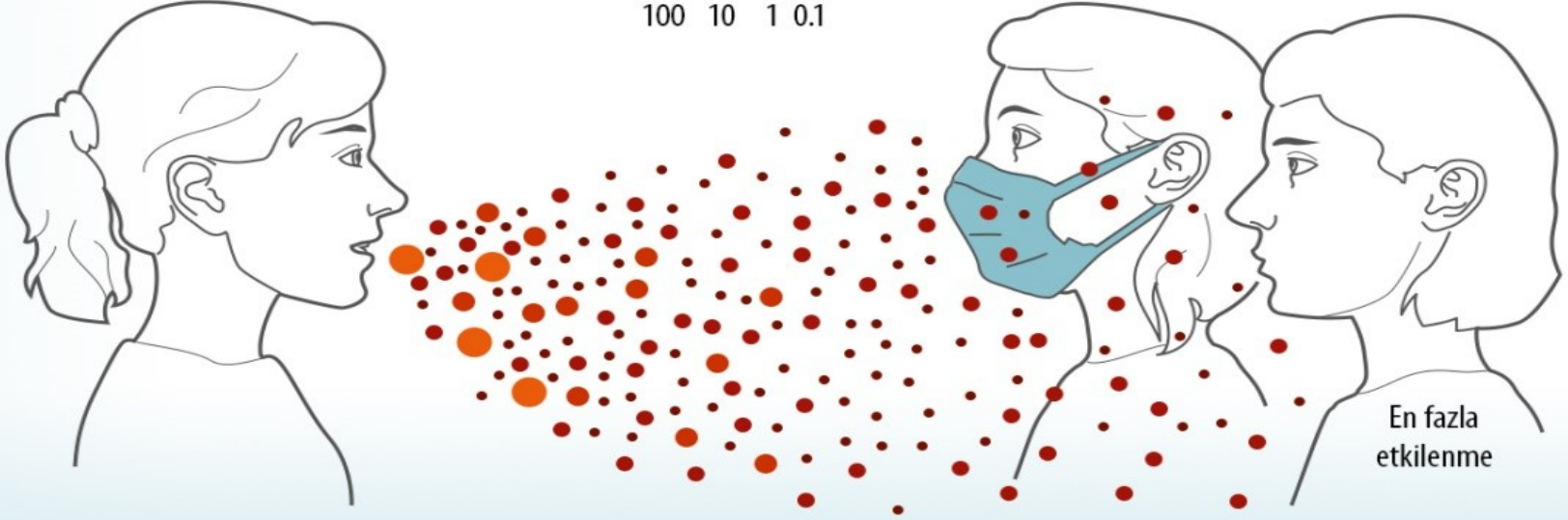
World Health Organization
who.int/epi-win

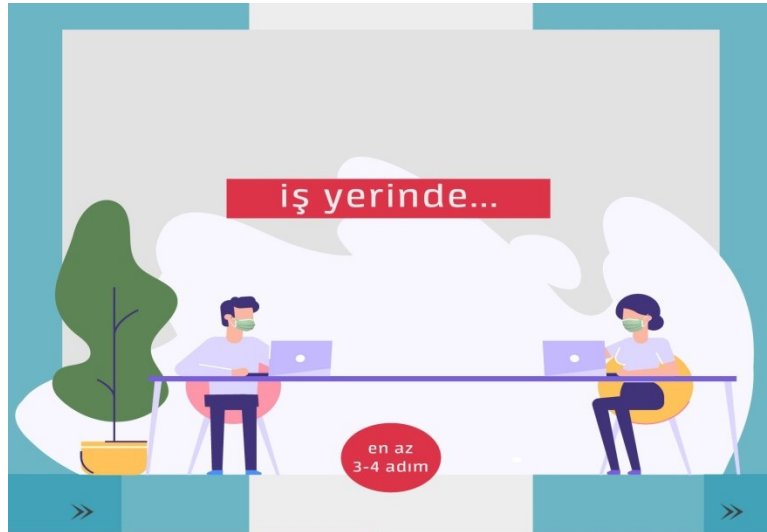
**Virüsü taşıyan ancak
belirti göstermeyen kişi**

Damlacık boyutu (μm)

100 10 1 0.1

Sağlıklı kişiler







1

2

İŞYERİ

3



SERVİS KULLANILMASI DURUMUNDA ALINMASI GEREKEN ÖNLEMLER



HER SEFER ÖNCESİNDE,
(sabah akşam çalışanlar binmeden önce)
silinmeli ve havada kurumaya bırakılmalıdır.

SERVİS KULLANILMASI DURUMUNDA ALINMASI GEREKEN ÖNLEMLER

Çalışanlar **SERVİSE BİNERKEN**,
servis aracının biniş kapısının
olduğu yerdeki el dezenfektanı
ile **ELİNİ DEZENFEKTE**
ETMELİDİR.



Kontrol formunun kapıda görevlendirilen kişi
veya kişiler tarafından **KONTROL EDİLİR.**

İşe girişte şüpheli COVID-19 hastası
belirleme

hususlarından **BİRİ VEYA BİRDEN FAZLASI EVET**
ise

ve/veya **ATEş 37,5 C° ÜZERİ** ise **ÇALIřAN**

İşYERİNE ALINMAMALI ve tesis binası
dışında bir karantina alanı var ise talimatlara
uygun şekilde oraya alınmalı, iř yeri sağlık
personeli tarafından **ÖN MUAYENESİNİN** yapılması
sonucu alınan karara göre talimatlarda
tanımlanan şekilde **sağlık kuruluşuna**
yönlendirilmelidir.



İŞYERİNE GİRİŞTE ALINMASI GEREKEN ÖNLEMLER



Çalışanlar işyeri girişinde kullanmaları için
konulan el dezenfektanı ile

ELİNİ DEZENFEKTE EDEREK İÇERİYE GİRMELİDİR.

Aşağıdaki durumlarda yöneticinize bilgi verin:

- **Ateş, öksürük, nefes darlığı ve diğer soğuk algınlığı belirtileriniz varsa,**
- **Ailenizde biri Yeni Koronavirüse yakalanmışsa.**