

KORONAVİRÜS ENFEKSİYONUNDAN KORUNMA

***NASIL KORUNABİLİRİZ?***

* Solunum yolu enfeksiyonlarının bulaşma riskini azaltmak için yapılan öneriler yeni koronavirüs hastalığı için de geçerlidir.
* Hasta insanlarla temastan kaçınılmalıdır (mümkün ise en az 1 m uzakta bulunulmalı).
* Özellikle hasta insanlarla veya çevreleriyle doğrudan temas ettikten sonra eller sık sık yıkanmalıdır
* Eller yıkanmadan ağız, burun ve gözlerle temas edilmemelidir
* Eller, en az 20 saniye boyunca sabun ve suyla yıkanmalı sonrasında kurulanmalıdır.
* Antiseptik veya antibakteriyel içeren sabun kullanmaya gerek yoktur, normal sabun yeterlidir.
* Sabun ve suyun olmadığı durumlarda alkol bazlı el antiseptiği veya kolonya kullanılmalıdır.
* Elde görünür bir kirlenme olmadığı sürece el antiseptikleri, el yıkama kadar etkilidir. Ancak elde görünür bir kirlenme olduğunda ellerin mutlaka yıkanması gerekir.

***MASKE NE ZAMAN KULLANILMALI?***

* Sağlıklı kişilerin maske kullanmasına gerek yoktur.
* Herhangi bir viral solunum yolu enfeksiyonu geçirmekte olan kişinin öksürme veya hapşırma sırasında burun ve ağzını tek kullanımlık kağıt mendil ile örtmesi, kağıt mendilin bulunmadığı durumlarda ise dirsek içini kullanması gereklidir. Maskeyi çıkarıldığında hemen çöpe atılmalı ve eller yıkanmalı veya antiseptikle temizlenmelidir.
* Hasta olmayan kişilerin maske kullanmasına normalde gerek yoktur. Sadece yeni koronavirüs hastalığını geçirenlerle temas edenlerin (sağlık çalışanları, hasta ile aynı evde yaşayanlar) maske takması gerekmektedir. Bu durumlarda kullanılacak maskelerin cerrahi/basit/tıbbi maske olması yeterlidir.
* N95 veya FFP2 türü maskeler sağlık çalışanları tarafından sadece özel koşullarda (hastanın solunum cihazına bağlanması gerektiğinde vb.) kullanılmalıdır.

***ELDİVEN GİYMELİ Mİ?***

* Hayır. Eldiven, sadece sağlık çalışanları tarafından hastanın bakımı ve muayenesi sırasında kullanılır. Sağlık çalışanları dışındaki kişiler eldiven kullanmamalıdır.
* Eldivenlerin uygun kullanımı,  sağlık çalışanlarına verilen eğitimlerle sağlanmaktadır. Sağlık çalışanları dışındaki kişilerin eldiven kullanması uygun değildir.
* Eller, hastalığın bulaşmasında çok önemlidir ve bulaşı azaltmanın yolu ellerin su ve sabun ile yıkanmasıdır. Sabun ve suyun olmadığı durumlarda alkol bazlı el antiseptiği veya kolonya kullanılmalıdır.

[**www.cankayasaglik.com.tr**](http://www.cankayasaglik.com.tr/)