

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. Yani virüsü aldıktan sonraki 2 ila 14 gün sonra hastalık belirtileri ortaya çıkar.



ATEŞ



SOLUNUM
SIKINTISI



ÖKSÜRÜK

KORONA VIRÜSÜ BELİRTİLERİ İLE KARŞILAŞILIRSA NE YAPILMALI?

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

Temizlik Sağlıktır

En İyi Korunma Yöntemi
El temizliğidir.



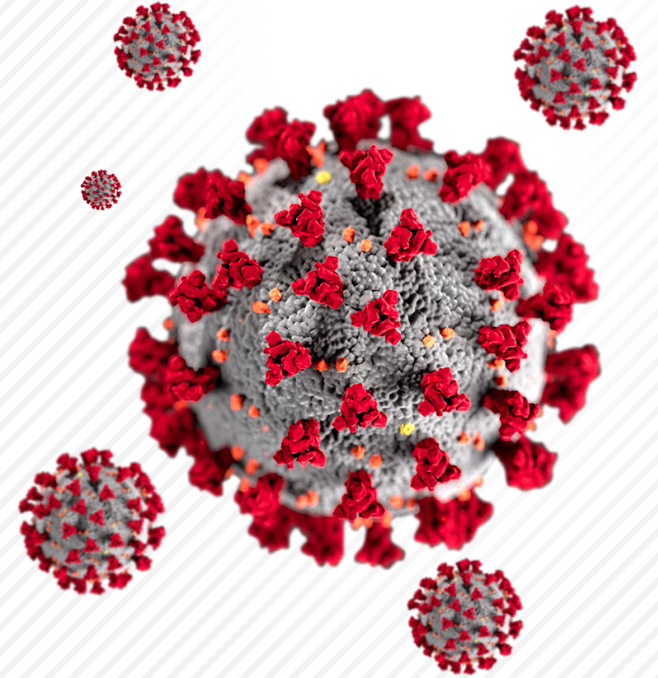
0850 459 59 59

Tekirdağ Büyükşehir Belediyesi
Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı
Tarafından hazırlanmıştır



KORONAVİRÜS'TEN KORUNMA YÖNTEMLERİ

COVID 2019
ENFEKSİYONU RİSKİNİZİ AZALTIN



VİRÜSTEN EN İYİ KORUNMA YÖNTEMİ EL YIKAMADIR

DOĞRU EL YIKAMANIN AŞAMALARI;



El ve bilekler su ile ıslatılır. Avuç içine yeteri kadar sabun alınır,



Sabun ellerin bütün yüzeylerine dağıtılarak iyice köpürtülür,



El sırtları diğer elin avucu ile ovulur,



Avuçlar birleştirilip parmak araları temizlenir, Eller kenetlenip parmak uçları ovulur,



Başparmak diğer elin avucunda ovulur, Parmak uçları diğer elin avucunda ovulur,



Eller bol su ile durulanır,



Eller temiz bir havlu veya kağıt havlu ile kurulandır.

VİRÜSTEN KORUNMAK İÇİN



Ellerinizi sık sık su ve sabun ile en az 20 sn boyunca yıkayın (yıkama işlemi süresince içinizden 25 e kadar sayabilirsiniz) su veya sabunun olmadığı durumda el antiseptiği kullanın

Öksürme veya hapşırma sırasında burun ve ağızınızı tek kullanımlık kağıt mendil ile örtün. Mendili derhal çöp kutusuna atın ellerinizi su ve sabunla yıkayın



Kağıt mendilin bulunmadığı durumlarda ise dirsek içini kullanın.

Soğuk algınlığı veya grip benzeri semptomları olan kişiler ile 1 metreden daha yakın temastan kaçın



Tokalaşma ve sarılmadan kaçın

Olabildiğince kalabalık ortamlardan uzak durulmalıdır.



Kirli ellerle ağız, burun ve gözlerle dokunulmamalıdır.



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



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

SIKÇA SORULAN SORULAR

NASIL BULAŞIR?

- 1 Hasta kişilerin öksürme veya hapşırma ile ortama saçılan damlacıkların ortamdaki diğer bireylerin ağız, burun ve gözlerine temasıyla,
- 2 Damlacıkların yapıştığı yüzeylere dokunduktan sonra ellerin ağız, burun veya göze götürülmesiyle bulaşabilmektedir.

