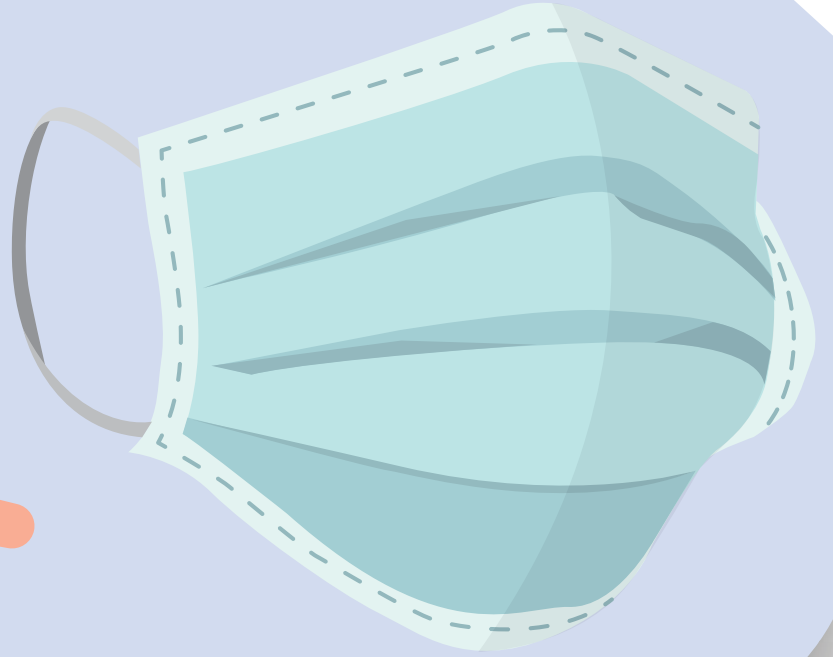
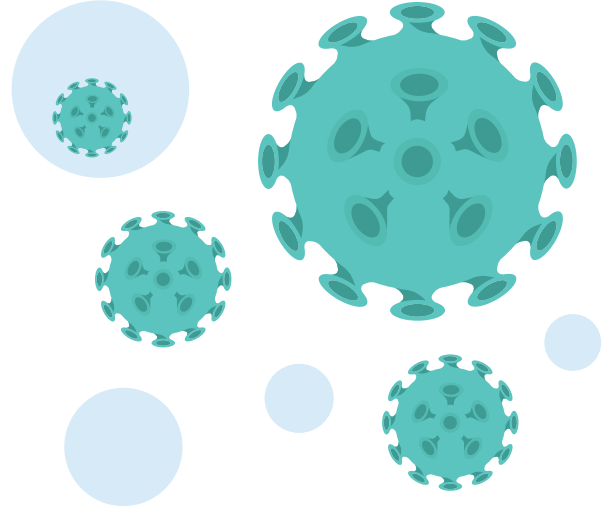


CORONA VİRÜSÜ



Türkiye
Solunum
Araştırmaları
Derneği



**Öksürürken ve hapşırırken
ağzınızı kapatın , kol iini kullanın**



**Sağlıklı kişilerin maske takmasının
hastalığa karşı koruyuculuğu yoktur,
hasta olan kişilerin maske takması bulaştırıcılığı
önleme açısından önem arz etmektedir.**



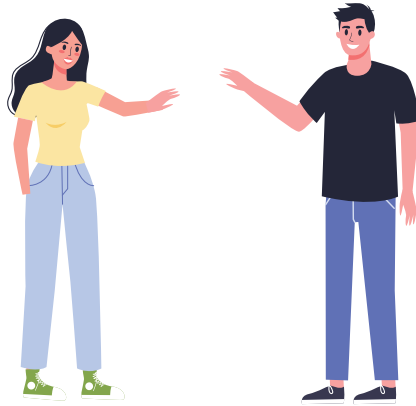
**El yıkama: en az 20 saniye ellerin ovularak yıkanması ve
ardından varsa kolonya ile 20 sn ellerinizi ovuşturun
(sabunlu su ya da kolonya gibi alkol bazlı dezenfektan ürünler)**



**Ortak kullanım alanlarında;
kapı kolu, merdiven kenarlığı,
elektrik düğmesi gibi yerlere dokunma ya da
dokunduktan sonra ellerini tekrar yıka**



**Kirli elleri ağza, buruna,
yüze dokundurma**



**Sarılma, öpüşme, tokalaşma,
uzaktan selamlaşmayı adet haline getir**



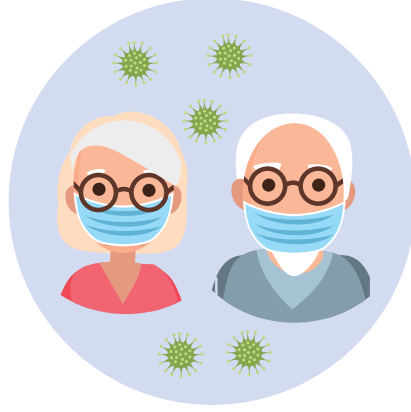
**Gereksiz kalabalık ortamlara girme,
hasta kişilerle “1m” den yakın temas
etmemeye özen göster**



**Cep telefonu gibi sürekli elde taşınan
malzemeleri günde bir kez alkol bazlı
dezenfektan ile sterilize et**



**Hastalık % 80 olguda hafif geçmekte
gribal semptomlarla geçmektedir. İstirahat,
genel vücut direncinin yüksek tutulması ve yukarıda
belirtilen hijyen önlemlerine dikkat edilmesi yeterlidir.**



Ancak 65 yaş üzerinde, kalp hastalığı, diyabet, kronik akciğer hastalığı (KOAH, solunum yetmezliği vb.), bağışıklık sistemi baskılamış hastalar (kanser tedavisi, bağ dokusu ve romatolojik hastalıklar vb. çeşitli nedenlerle immunsupresif ve steroid tedavisi kullanan hastalar), sigara içenler daha yüksek risk altındadır.



Ateş, öksürük, nefes darlığın varsa tıbbi maske takarak en yakın sağlık kuruluşuna başvur ya da 184 acil başvuru hattını arayarak tıbbi yardım iste.