

İZOLASYON ALANININ SAKINLERİ İÇİN ÖNLEMLER

Corona virüs nedir?

Corona virüs (Covid-19) gribe çok benzeyen bir hastalıktır. Virüs, solunumla ilgili şikayetlere, öksürük ve ateşe yol açar. Çoğu insan virüsten kurtulur (genellikle 7 gün içinde). Virüs, bazı insanlar, örneğin akciğer, kalp veya böbrek problemleri olan yaşlılar için normale oranla daha tehlikeli olabilir.

Corona virüs insandan insana geçer. Enfekte olan kişiler öksürdükleri veya nefeslerini dışarı verdiklerinde, virüs burun veya ağızdan damlacıklar halinde yayılır. Enfekte olan kişiler virüsü el teması yoluyla da başkalarına geçirebilir. Hastaysanız, bunu başkalarına bulaştırmadığınızdan emin olmanız gerekir.

Semptomlar nelerdir?



Ateş
(37,5°C'nin üzeri)



Öksürme ve/veya aksırma



Boğaz ağrısı



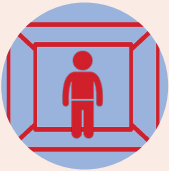
Solunumda güçlük

İzolasyon alanı nedir?

Tecrit alanı ağırlama merkezinde, insanların en az 7 süreyle birbirinden ayrı tutulmalarının gerektiği bir odadır. İzolasyon alanındaki kişilerin ağırlama merkezinin diğer sakinleriyle teması olamaz. İzolasyon (ayırma) diğer insanların hasta olmasını önlemek ve corona virüsün daha fazla yayılmasını önlemek içindir.

İzolasyon alanındaki önlemler

İzolasyon alanında kalmanız sırasında bu önlemlere uymalısınız. Bu sayede izolasyon alanına corona virüsle girip başka insanları enfekte etmeniz önlenmiş olur.



Odanızda kalın

- Odanızda veya izolasyon alanında kalın.
- İzolasyon alanından yalnızca acil durumlar için ya da tuvalet ve banyoya gitmek üzere çıkın.
- İzolasyon alanını terk ederken maske takın.



Kişisel hijyen

- Ellerinizi sık sık sabun ve suyla yıkayın
 - yemeğe oturmada önce
 - tuvalete her gidişinizden sonra
 - öksürdükten veya aksırdıktan sonra
 - odanızı her terk ettiğinizde
- Yüzünüze mümkün olduğu kadar az dokunun.
- Kişisel hijyene özen göstermeye devam edin.





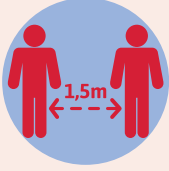
Kağıt mendil kullanın

- Öksürür veya aksırırken yeni bir kağıt mendil kullanın.
- Kullanılmış mendilleri, kapağı olan bir çöp kutusuna atın.
- Kağıt mendiliniz yoksa, dirseğinize öksürün/aksırın.



Eşyalarınızı paylaşmayın

- Eşyalarınızı (diş fırçası, çatal bıçak, giyecek, havlu, çarşaf) başkalarıyla PAYLAŞMAYIN.
- Sigaranızı başkalarıyla PAYLAŞMAYIN.



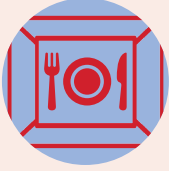
Mesafeyi koruyun

- Başkalarıyla aranızda 1,5 metre mesafeyi koruyun (mümkünse odanızda da başkalarıyla aranızda 1 metre mesafe olsun).
- Odanıza veya izolasyon alanına ziyaretçi kabul edemezsiniz.
- İzolasyon alanında yüz maskesi takmayın.
- Yalnızca izolasyon alanına girecek olan personel yüz maskesi takacaktır.



Odanızı temiz tutun.

- Dokunduğunuz bütün yüzeyleri (masa, kapı kulpları, yer, klozet kapağı vb.) her gün, temizlik ürünü kullanarak temizleyin.
- Sifonu çekmeden önce klozetin kapağını kapayın.
- Kirli çamaşırları size verilen çantaya koyun. Kirli çamaşırlarınız her gün alınacak ve sizin için yıkanacaktır.
- Pencereleri, odanızı havalandırmak için günde üç kez açın.
- Bütün çöp, kullanılmış kağıt mendil ve çöplerinizi çöp kutusuna atın. Çöp kutusunun kapağını kapayın.



Yemeğinizi odanızda yiyein.

- Yemeğiniz odanıza getirilecektir. Kafeteryaya gitmeyin.
- Yemekten sonra, mümkünse, tekrar kullanılabilir olan malzemeyi su ve sabunla yıkayın ve hazır bir durumda odanızın kapısına bırakın. Bu malzeme oradan alınacaktır.



Sağlık bakımınız

- Sağlık ekibinden bir kişi izolasyon alanında sizi düzenli olarak ziyaret edecektir. Bu kişinin vereceği talimatlara harfiyen uyun.
- Kendi inisiyatifinizle sağlık merkezine ya da resepsiyona gitmenize izin yoktur.
- Semptomlarınızın kötüye gitmesi (yüksek ateş, solunum güçlüğü) nedeniyle ekipten (sağlık ekibinden) birine ihtiyaç duyacak olursanız, iletişim için arayacağınız numara:
- Odanızda kalın ve bekleyin.
- Gerekirse, doktor ve hemşire sizi odanızda ziyaret edecektir.



Yaşantınıza devam edin!

İzolasyonda yaşamının kolay olmadığını biliyoruz. İzolasyon alanında kalışınızın geçici olduğunu unutmayın. Bu önlemlere sıkı sıkıya uymak suretiyle, ağırlama merkezindeki arkadaşlarınızın, ailenizin ve diğer insanların hasta olmamasını sağlamış oluyorsunuz. Bu durum sizi, tanıdığınız insanlar için, biraz da olsa bir kahraman yapıyor.

Önlemlere uyduğunuz için çok teşekkürler ve hızla iyileşmenizi diliyoruz!

Sorunuz mu var? Kendinizi depresyonda mı hissediyorsunuz? Bu takdirde sağlık ekibi veya ağırlama merkezi ile iletişime geçebileceğiniz numara: