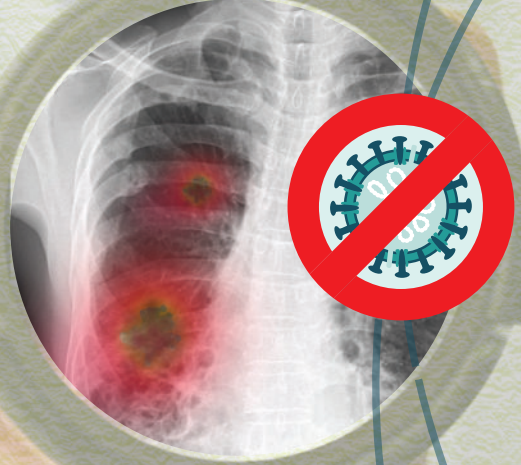


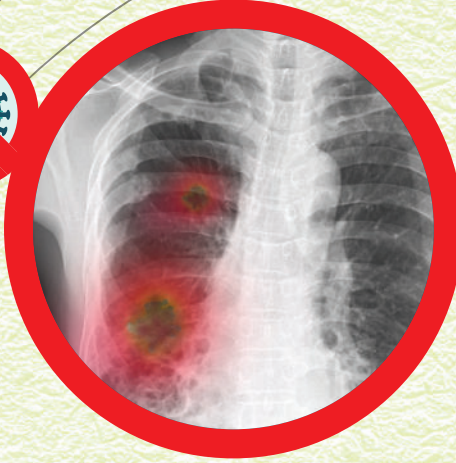
**NASIL**  
**KORUNMALIYIZ?**  
**YENİ KORONAVİRÜS**  
**COVID-19**



**SENSİZ  
OLMAZ**



**TÜRK  
KIZILAY**

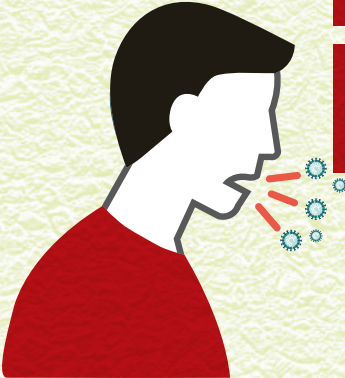


# YENİ KORONAVİRÜS (COVID-19) NEDİR?

Yeni Koronavirüs  
solunum yolu enfeksiyonuna  
neden olan bir virüsdür.

## YENİ KORONAVİRÜS (COVID-19)

# NASIL BULAŞIR?



- Hasta bir kişi öksürdüğü veya hapşırıldığı zaman ortama saçılan damlacıkların sağlıklı kişilerin ağız, burnu veya gözüne temas etmesiyle bulaşır.
- Hastaların damlacıkları ile kirlenmiş yüzeylere dokunduktan sonra ellerin yıkanmadan yüz, göz, burun veya ağıza götürülmesi ile de virüs alınabilir.



# YENİ KORONAVİRÜS (COVID-19) BELİRTİLERİ NELERDİR?

• Ateş

• Öksürük

• Nefes darlığı



**Bu belirtiler olduğunda cerrahi maske takarak bir sağlık kuruluşuna başvurun.**

**YENİ KORONAVİRÜS (COVID-19)**

**KİMLER EN FAZLA  
ETKİLENİR?**



**Yaşı ileri olan kişiler ve kronik hastalıkları olanlar yeni koronavirüsten daha ağır etkilenebilir.**



# YENİ KORONAVİRÜS (COVID-19) NASIL KORUNMALIYIZ?

Günlük hayatınızda uygulayacağınız basit önlemler ile yeni koronavirus ve diğer solunum yolları enfeksiyonlarından korunabilirsiniz.



Ellerinizi sık sık su ve sabunla yıkayın veya alkol bazlı el dezenfektanı ile temizleyin.  
Eller; parmak araları, tırnak ucu ve avuç içlerini de ovalayarak, sabun ve suyla en az 20 saniye yıkanmalıdır.

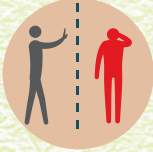


Kirli ellerinizle ağzınıza, burnunuza ve gözlerinize dokunmaktan kaçınınız.

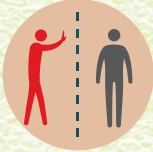
# YENİ KORONAVİRÜS (COVID-19) NASIL KORUNMALIYIZ?



Öksürürken ve hapsirirken ağızınızı ve burnunuzu mendille, mendil olmadığında dirseğinizin iç kısmıyla kapatın.



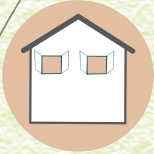
Soğuk algınlığı veya grip belirtileri olan insanlarla yakın temastan kaçının (mümkün ise en az 1 m uzakta bulunulmalı).



Kalabalık yerlere girmekten, tokalaşma ve sarılmadan kaçın.



# YENİ KORONAVİRÜS (COVID-19) NASIL KORUNMALIYIZ?



Ofisinizi sık sık havalandırın.



Masanızı düzenli olarak temizleyin.



Dengeli ve sağlıklı beslenmeye özen gösterin. Yemeklerinizi iyice pişirin. Çiğ gıdaları tüketmeden önce iyice yıkayın.



Hastalığın görüldüğü bir ülkeye seyahat etmeniz gerekiyorsa hijyen kurallarına dikkat edin ve kalabalıklardan uzak durmaya çalışın. Döndüğünüzde ateş, öksürük ve solunum sıkıntısı yaşıyorsanız cerrahi maske takarak doktorunuza başvurun ve seyahat öykünüzü paylaşın.



# YENİ KORONAVİRÜS (COVID-19) MASKE NE ZAMAN TAKILMALI



Öksürüyorsanız veya hapşırıyorsanız hastalığın çevrenizdekilere yayılmasını önlemek için cerrahi maske takın.

Koronavirüs şüphesi ile evde bulunan biri ile aynı odada iseniz cerrahi maske takın.

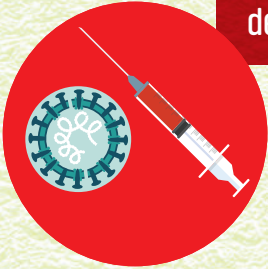
Son 14 gün içerisinde koronavirüs görülen ülkelerden birinden geldiyse cerrahi maske takın ve sağlık kuruluşuna başvurun.

Sağlık personeli değilseniz, hiçbir durumda N95 veya FFP3 maske takmanız gerekli değildir.



# YENİ KORONAVİRÜS (COVID-19) AŞISI VEYA İLACI VAR MIDİR?

Yeni koronavirusun henüz bir aşısı veya ilacı yoktur.  
Aşı ve tedavi geliştirme yönünde çalışmalar  
devam etmektedir.



**YENİ KORONAVİRÜS (COVID-19)**  
GÜVENİLİR BİLGİ  
KAYNAKLARINI  
TAKİP EDİN



<https://www.seyahatsagligi.gov.tr/>  
<https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/bulasici-hastliklar/2019-n-cov.html>

**SENSİZ  
OLMAZ**



TÜRK  
KIZILAY