

# Gıda güvenliğine dikkat edin



Et ürünleri doğru şekilde saklanır ve iyice pişirilirse, **salgınların yaşandığı bölgelerde bile** güvenle tüketilebilir.



World Health  
Organization

# Soğuk hava ve kar yeni koronavirüsü öldüremez.

Soğuk havanın yeni koronavirüsü ve diğer hastalıkları öldürebileceğine inanmak için hiçbir neden yoktur.

Kendinizi yeni koronavirüse karşı korumanın en etkili yolu, ellerinizi sıklıkla alkol bazlı dezenfektan ile temizlemek veya sabun ve su ile yıkamaktır.



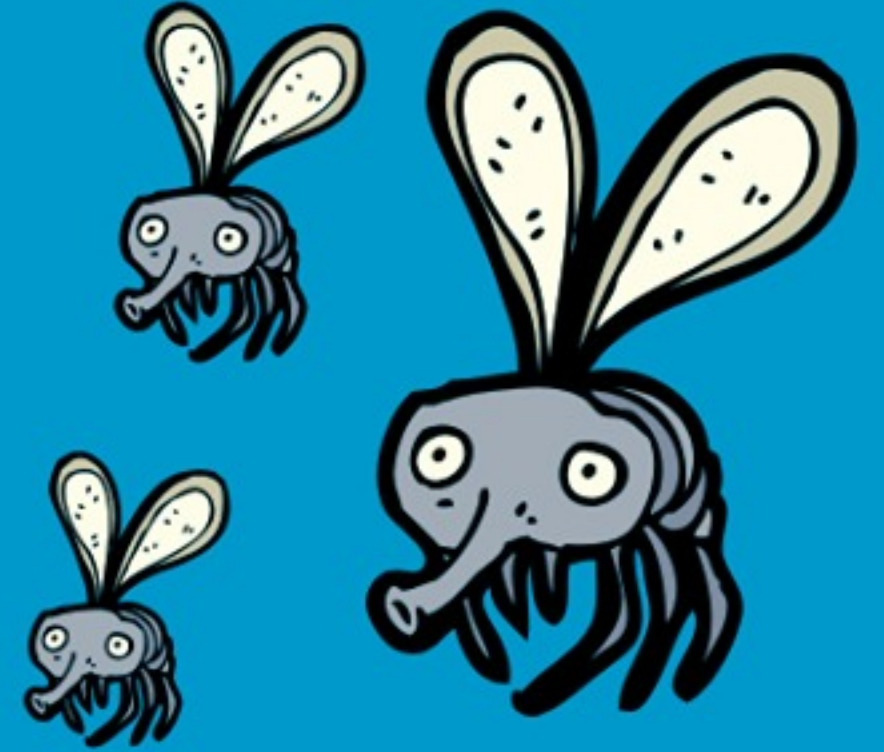
World Health  
Organization

# Yeni koronavirüs sivrisinek ısırıkları yoluyla bulaşamaz.

Bugüne kadar,  
yeni koronavirüsün  
sivrisinekler tarafından  
bulaşabileceğini gösteren  
hiçbir bilgi veya kanıt  
ulaşılmamıştır.

Yeni koronavirüs, öncelikle enfekte bir kişi  
öksürdüğü veya hapşırıldığı zaman üretilen  
damlacıklar veya burundan tükürük veya  
akıntı damlacıkları yoluyla yayılan bir  
solunum virüsüdür.

Kendinizi korumak için, ellerinizi alkol bazlı  
bir el ovuşturmasıyla sık sık temizleyin veya  
sabun ve su ile yıkayın. Ayrıca, öksüren veya  
hapşıran herhangi biriyle yakın temastan  
kaçın.



World Health  
Organization

Kendinizi ve çevrenizdekileri  
hastalanmaktan koruyun

# Ellerinizi yıkayın



- ✓ öksürdükten ya da hapşırdıktan sonra
- ✓ hasta bakımı yaparken
- ✓ yemek hazırlamadan önce, hazırlarken ve hazırladıktan sonra
- ✓ yemek yemeden önce
- ✓ tuvaletten çıkınca
- ✓ eller görünür şekilde kirlendiğinde
- ✓ hayvanlarla ya da hayvansal atıklarla temas sonrasında



World Health  
Organization

# Koronavirüs enfeksiyonu riskinizi azaltın



Ellerinizi su ve sabun ile yıkayın ya da alkol bazlı dezenfektan ile temizleyin

Öksürürken ve hapşırırken bir peçete veya dirseğiniz ile ağız ve burnunuzu kapatın



Soğuk algınlığı veya grip benzeri semptomları olan kişilerle yakın temastan kaçının

Et ürünlerini ve yumurtaları iyice pişirin



Canlı yabani veya çiftlik hayvanlarıyla koruyucusuz temastan kaçının



World Health  
Organization

# KORONAVİRÜSTEN **KORUNUN**



60 yaşın üzerindeyseniz veya aşağıdakiler gibi altta yatan bir rahatsızlığınız varsa:



**Kalp damar rahatsızlıkları**



**Solunum rahatsızlıkları**



**Diyabet**

kalabalık alanlardan veya hasta olan insanlarla etkileşimde bulunabileceğiniz yerlerden kaçınarak ve WHO web sitesini takip ederek virüsten korunabilirsiniz.

**#COVID19'dan korunmak için daha fazla bilgiye [www.who.int/COVID-19](http://www.who.int/COVID-19) adresinden ulaşabilirsiniz**



UNITED NATIONS



World Health  
Organization

# Koronavirüs enfeksiyonu riskinizi azaltın

Alkol bazlı el dezenfektanı veya sabun ve su kullanarak ellerinizi sık sık temizleyin



Öksürürken ve hapşırırken ağızınızı ve burnunuzu kolunuzun içiyle veya bir peçete ile kapatın, peçeteyi derhal atın ve ellerinizi yıkayın



Ateşi olan ve öksüren kişilerle yakın temastan kaçının



#Coronavirus

#COVID19

# Koronavirüs enfeksiyonu riskinizi azaltın



Alkol bazlı el dezenfektanı veya sabun ve su kullanarak ellerinizi sık sık temizleyin



Öksürürken ve hapşırırken ağzınızı ve burnunuzu kolunuzun içiyle veya bir peçete ile kapatın - peçeteyi derhal atın ve ellerinizi yıkayın



Ateşi olan ve öksüren kişilerle yakın temastan kaçının

#Coronavirus

#COVID19



World Health  
Organization



**Hayır, antibiyotikler virüsler üzerinde etkili değildir, sadece bakterilerde işe yararlar.**

Yeni koronavirüs (2019-nCoV) bir virüstür ve bu nedenle **antibiyotikler** bir önleme veya tedavi aracı olarak kullanılmamalıdır.

Bununla birlikte, 2019-nCoV nedeniyle hastaneye yatırıldıysanız, bakteriyel koenfeksiyon ihtimali nedeniyle size antibiyotik verilebilir.

**Antibiyotikler  
yeni koronavirüsün  
önlenmesinde  
ve tedavisinde  
etkili midir?**



## Yeni koronavirüs (nCoV-2019) her yaştan insana bulaşabilir.

Yaşlı insanlar ve önceden mevcut tıbbi durumları (astım, diyabet, kalp hastalığı gibi) olan kişiler, virüse bağlı olarak ciddi şekilde hastalanmaya karşı daha savunmasız durumdadır.

DSÖ, her yaştan insana, iyi el hijyeni ve iyi solunum hijyeni uygulayarak virüsten korunmak için adımlar atmalarını tavsiye etmektedir.



**#Koronavirus**

# Yeni koronavirüs yaşlı insanları mı etkiler yoksa genç insanlar da risk altında mıdır?



**Bugüne kadar, yeni koronavirüsü (2019-nCoV) önlemek veya tedavi etmek için önerilen belirli bir ilaç yoktur.**

Bununla birlikte, virüs bulaşmış kişilerin semptomlarını hafifletmek ve tedavi etmek için uygun bakım verilmeli ve hastalığı ciddi olanlara optimize edilmiş bakım verilmelidir. Bazı spesifik tedaviler araştırılmaktadır ve klinik deneylerle test edilecektir.

DSÖ, çeşitli ortaklarla araştırma ve geliştirme çabalarını hızlandırmaya yardımcı olmaktadır.



**#Koronavirus**

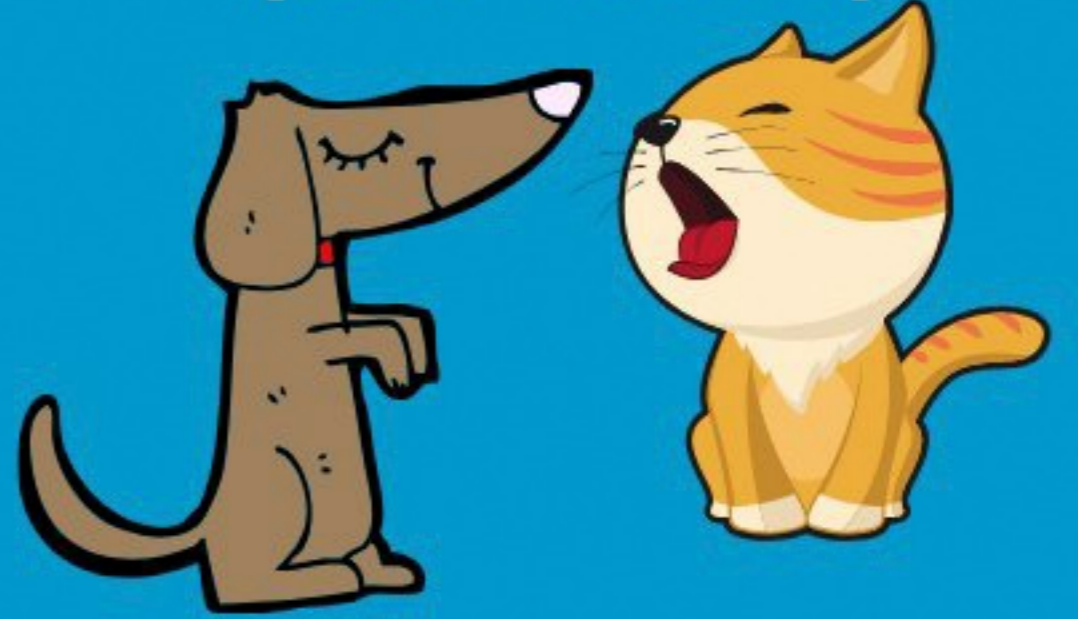
**Yeni koronavirüsü  
önlemek veya  
tedavi etmek için  
spesifik ilaçlar  
var mı?**



Ŗu anda, **köpekler veya kediler gibi refakatçi / evcil hayvanların yeni koronavirüs ile enfekte olabileceğine dair** bir kanıt yoktur.

Bununla birlikte, **evcil hayvanlarla temas ettikten sonra ellerinizi sabun ve su ile yıkamak** her zaman iyi bir fikirdir. Bu sizi evcil hayvanlardan insanlara bulaşabilen E. coli ve Salmonella gibi çeşitli yaygın bakterilere karşı korur.

**Evlerimizdeki evcil hayvanlar yeni koronavirüsü yayabilir mi? (2019 -nCOV)**



**Evet, güvenlidir. Çin'den paket gelen kişilerin paketi açmasıyla yeni koronavirüse maruz kalarak hasta olma riski yoktur.**

**Yapılan analizlerden, koronavirüslerin mektuplar veya paketler gibi nesnelere üzerinde uzun süre hayatta kalmadığını biliyoruz.**

**Çin'den gelen mektup ve paketleri açmak güvenli mi?**



# Yeni koronavirüs nedeniyle el sıkışmaktan kaçınmalı mıyım?

**Evet.**

**Solunum yolu virüsleri el sıkıştıktan sonra gözlerinize, burnunuza ve ağızınıza dokunduğunuzda size bulaşabilir.**

El sıkışmak yerine insanları el sallayarak, başınızı eğerek ya da eğilerek selamlayabilirsiniz.



# İŞ YERİNDE

## SAĞLIĞINIZI KORUYUN



Ellerinizi sık  
sık yıkayın

**Hapşırırken ya da öksürürken**  
ağzınızı bir peçete ya da  
büktüğünüz dirseğiniz ile  
kapatın.

**Peçeteyi çöpe atın** ve hemen  
sonrasında **ellerinizi yıkayın.**



# İş yerinizde #COVID19 için alabileceğiniz önlemler



- İş yerlerini **temiz ve hijyenik** tutun
- **Düzenli ve derinlemesine** el yıkamayı teşvik edin
- **İyi solunum hijyenini** destekleyin
- İş seyahatine çıkmadan önce **ulusal seyahat bildirimlerine** göz atın
- Hasta olanlara **evde kalmalarını** söyleyin



# SEYAHAT EDERKEN SAĞLIĞINIZI KORUYUN

**Ateşiniz varsa  
ve öksürüyorsanız  
seyahat etmekten kaçınin**



**Ateşiniz varsa, öksürüyorsanız  
ve nefes almada zorluk çekiyorsanız,  
hemen tıbbi yardım alın  
ve önceki seyahat geçmişinizi  
sağlık uzmanınızla paylaşın**



World Health  
Organization

# SEYAHAT EDERKEN SAĞLIĞINIZI KORUYUN

Ateşi olan ya da öksüren insanlarla  
**yakın temastan kaçınin**



Ellerinizi sık sık **su ve sabun** ile yıkayın  
ya da **alkol bazlı dezenfektan** ile temizleyin

Gözlere, buruna ya da ağıza  
**dokunmaktan kaçınin**



World Health  
Organization



# Enfeksiyonu önlemenin ana yolları:

## 5 adımda el hijyeni



↓ %50  
Enfeksiyon

## Temiz, iyi işleyen bir ortam ve ekipman



## Enfeksiyon önleme ve kontrol programları ve ekipleri



↓ %30  
Enfeksiyon

## Güvenli su ve sanitasyon



## Enfeksiyondan korunma önlemleri



# 5 ADIMDA EL HIJYENİ

