

CORONA VİRÜSÜ HASTALIĞI ÖNLEME

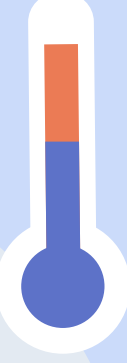
YÖNTEMLERİ

Belirtileri Nelerdir?

Zatürre

İshal

Kusma



Ateş

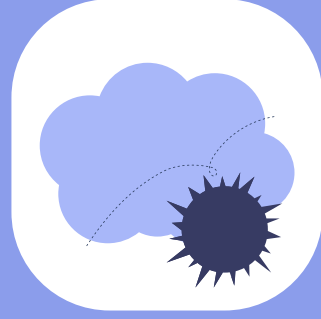
Solunum
Yetmezliği

Öksürük

- ❖ Özellikle öksürdükten, hapsirdikten, tuvalet kullandıktan sonra, yemekten önce ve sonra, hastalarla ve onların eşyaları ile temas ettikten sonra ellerinizi yıkayınız ve dezenfekte edici ürünler ile ellerinizi temizleyiniz.
- ❖ Gözleriniz, ağzınız ve burnunuz ile direkt el temasından olabildiğince kaçınınız.
- ❖ Kalabalık alanlarda koruyucu maske takınız.
- ❖ Hastalar veya onların eşyaları ile temastan olabildiğince kaçınıp koruyucu maske takınız.
- ❖ Öksürürken veya hapsirirken ağzınızı ve burnunuzu mendillerle kapatın ve kullanılmış mendili çöpe atarak imha ediniz.
- ❖ Hapsirirken mendile erişiminiz yok ise dirsek iç yüzü ile ağız ve burnunuzu kapatarak ellerinizi kullanmaktan sakınınız.
- ❖ Yemeden önce sebze ve meyveleri iyice yıkayınız.
- ❖ Sağlıklı yemek düzeni ve egzersiz yapmak, yeterli uyumak gibi alışkanlıklar, vücudun bağışıklık sistemini güçlendirecektir.
- ❖ Toplu ulaşım gibi insan yoğunluğunun yüksek olduğu bölgelerde ortak alanlara temas edilmemesi temas varsa da uygun bir yerde ellerin yıkanması veya el dezenfektanları ile temizlenmesi gereklidir.

Nasıl

Bulaşır?



HAPŞIRMA VE
ÖKSÜRME



HASTALARIN KULLANDIĞI EŞYALARI
KULLANMAK VE SONRASI BURUN,
KULAK VE GÖZ İLE TEMAS



HASTALARLA TOKALAŞMA VE
KUCAKLAŞMA GİBİ YAKIN TEMAS

HASTALIKTAN KORUNMAK İÇİN



MASKE KULLANILMALI



MENDİL KULLANILMALI



EL YIKANMALI
DEZENFEKTAN ÜRÜNLER
İLE EL TEMİZLENMELİ



DOKTORA BAŞVURULMALI



BAĞIŞIKLIK
SİSTEMİ
GÜÇLENDİRİLMELİ



KALABALIK ORTAMLARDAN
UZAK DURULMALI