

Covid-19

EVDE TECRİT ALTINDA OLAN KİŞİLERE VE YAKIN ÇEVRELERİNE TAVSİYELER

HASTA KİŞİLERE TAVSİYELER

HASTAMISINIZ ? YAKIN ÇEVRENİZİ KORUYUN



Evde kalın ve azami ölçüde kendinizi tecrit edin : ailenizden bile , uyumak için bile . Gereksiz ziyaretleri reddedin ve fiziki temasları sınırlandırın . Ne okula ,ne işe ne de kamuya açık hiçbir alana gitmeyin .



Daima kağıt mendil kullanın . Bir mendil sadece bir kez kullanılmalıdır ve kapalı bir çöp kutusuna atılmalıdır .



Öksürdüğünüz veya hapşırduğunuz zaman ağızınızı mendille , bezle veya dirseğinizle kapatın .



Ellerinizi suyla ve sabunla mümkün olduğunca sıkça yıkayın . Öksürdükten sonra , hapşırdıktan sonra ve burnunuzu sildikten sonra ellerinizi daima yıkayın .

BELİRTİLERİNİZİ GÖZLEMLEYİNİZ

Belirtileriniz kötüleşiyorsa (örneğin : nefes alma zorluğu , çok yüksek ateş) aile doktorunuzu arayın . Hastaneye gitmeniz gerekiyorsa , önce resepsiyonu arayın ve Covid-19 hastası olduğunuzu söyleyin . Hastane diğer insanların hastalığa maruz kalmalarını önlemek için hazırlanır

BÜTÜN BİLGİLER

www.info-coronavirus.be

0800/14 689



Covid-19

EVDE TECRİT ALTINDA OLAN KİŞİLERE VE YAKIN ÇEVRELERİNE TAVSİYELER

HASTA OLAN KİŞİLERİN YAKIN ÇEVRELERİNE TAVSİYELER

- ✓ Hastayla , azami derecede fiziki temastan kaçınınız .
Mümkünse hastayla bir kişi ilgilenmeli .
- ✓ Kronik solunum hastalıklarına yakalanmış kişilerin ,
bağışıklığı zayıflamış kişilerin ve yaşlıların
hastayla ilgilenmesini önleyiniz .
- ✓ Oturma odalarını havalandırınız . Günde birkaç kez ,
otuz dakika boyunca , hastanın bulunduğu
odanın pencerelerini açınız .
- ✓ Düzenli olarak ellerinizi yıkayınız ve yıkanmamış
ellerle gözlerinize , burnunuza ve ağzınıza dokunmaktan kaçınınız .
- ✓ Sofra takımlarınızı , havlularınızı ve yatak takımlarınızı
hastayla paylaşmayınız . Yemeklerinizi ayrı yiyiniz .
- ✓ Günde bir kez içinde % 1 oranında ağartıcı bulunan suyla yüzeyleri
(masa ,gece masası ,kapı kolu , klozet) dezenfekte ediniz .
(Bir litre suyun içine bir çorba kaşığı ağartıcı koyunuz).

**Bu tedbirlerin süresi uzman doktorla görüşülür ama
tedbirler en azından belirtiler kayboluncaya kadar uygulanır .**

BÜTÜN BİLGİLER

www.info-coronavirus.be
0800/14 689

