



**CORONA**



**VİRÜS**



**NEDİR?**

# PANİK DEĞİL ÖNLEM KURTARIR !!!

**0cak 2020'den itibaren ÷lkemiz ve dñnya gündeminde ön sıraya yerleşen Coronavirus bugüne kadar, 118 ÷lkede, 119 bin kişide gör÷ldü. Seyrinin ve yayılma oranlarının net gör÷lebilmesi, tedavi yollarının olması nedeniyle korkulacak bir hastalık değildir. Alacağınız önlemler sizi koruyacaktır. Panik değil önlem kurtarır.**

# VİRÜSÜN ÖZELLİKLERİ

- Vakalar; ateş, solunum sıkıntısı ve kuru öksürük şikayetleri ile görüntülenmektedir
- Hastalık insandan insana bulaşma özelliğine sahiptir. Bulaşma hızı suçiçeği hastalığında olduğu gibi yüksek değildir.



# VİRÜSÜN ÖZELLİKLERİ

- Esas olarak damlacıkla bulaştığı için hasta kişi ile bir metre mesafe gibi yakın temas gerektirir.
- Hastalık bulaştıktan sonra ateş ve solunum sıkıntısı gibi belirtilerin ortaya çıkması için gereken süre 2-20 gün arası değişmektedir ama genellikle 14 gün içindedir.





# VIRÜSTEN KORUNMA YOLLARI

YÜZEYLERDEN BULAŞMANIN ÖNEMİ  
DAHA ÇOK ANLAŞILDIĞI İÇİN  
EVİNDEN DIŞARI ÇIKAN HERKESİN  
ORTAK ALANLARDA YÜZEYLERE  
DOKUNDUKTAN SONRA YÜZ, GÖZ VE  
AĞIZLARINA DOKUNMAMAYA ÖZEN  
GÖSTERMELERİ ÇOK ÖNEMLİDİR.

DIŐARDA ZAMAN GEÇİREN HERKESİN  
SIK SIK ELLERİNİ YIKAMALARI, SU VE  
LAVABOYA ULAŐAMAMA DURUMUNDA  
EN KOLAY BULUNAN KOLONYA İLE EL  
DEZENFEKSİYONU YAPMALARI, HASTA  
KİŐİLERLE KARŐILAŐTIKLARI ZAMAN  
DAHA ÇOK ELLERİNİ YIKAMALARI  
KORUYUCUDUR.

İYİ BESLENME, AÇIK HAVADA  
BULUNMA, KAPALI ALANLARIN  
HAVALANDIRILMASI, EGZERSİZ,  
UYKU DÜZENİNE DİKKAT  
EDİLMESİ GENEL SAĞLIĞIN  
ARTMASI VE VİRÜSÜN  
YERLEŞMESİNİN AZALMASINA  
ETKİ EDER.



DAR ALANDA BULUNMAYI  
ARTTIRDIĐI İÇİN MÜMKÜN  
OLDUĐUNCA ASANSÖR YERİNE  
MERDİVEN KULLANIMI DAHA  
GÜVENLİDİR.

ILIK SU İLE BOĞAZ GARGARASI  
YAPILMASI VE BOL ILIK SIVI  
TÜKETİLMESİ VİRÜSÜN  
YERLEŞMESİNİ  
ENGELLEYEBİLİR.

El yıkama süresi 30 saniyeden kısa olmamalı





Böyle değil



TÜRKİYE CUMHURİYETİ  
SAĞLIK BAKANLIĞI

[saglik.gov.tr](http://saglik.gov.tr)



/SaglikBakanligi



Böyle de değil



TÜRKİYE CUMHURİYETİ  
SAĞLIK BAKANLIĞI

[saglik.gov.tr](http://saglik.gov.tr)



/SaglikBakanligi



Böyle hiç değil



İşte böyle

# Maske Nasıl Çıkarılır?+



Maske burun, ağız ve çeneyi içine alan, yoğun kirlenmenin gerçekleştiği ön kısmına dokunulmadan çıkarılmalıdır.



Lastikli ise kulak arkasındaki lastiklerden, ipli ise önce ense bölgesindeki alt ipleri, sonra başın arkasındaki üst ipleri çözülerek çıkarılır.



Çıkarılan maske lastiklerinden veya iplerinden tutularak çöpe atılır ve çöpün sürekli kapalı kalması sağlanır.



Maskeyi çıkardıktan sonra eller en az 20 saniye, su ve normal sabunla yıkanır.



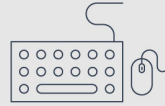
## KORONA VİRÜSE KARŞI 7 DİJİTAL ÖNLEM



Elektronik cihazı temizle



Kulaklığını paylaşma



Fare ve klavyeyi temizle



ATM'den sonra elini yıka



Telefonu başkasına verme



Hoparlörden konuş



Telefon kılıfının mikrop tuttuğunu unutma