

## EVDE COVID-19 HASTASI/TEMASLI SI İZLEM/İZOLASYON/KARANTİNA SÜRESİNDE UYGULANMASI GEREKENLER

- 14 günlük sürede evde kalmanız gerekmektedir.
- Evde bulunduğunuz 14 gün süreyle aile hekiminiz tarafından telefon ile sağlık durumunuz takip edilecektir. Semptomunuzun ortaya çıkması durumunda veya genel durumunuz bozulduğunda 112'yi arayarak durumunuz hakkında bilgi veriniz ve tıbbi yardım isteyiniz.
- Eve ziyaretçi kabul etmeyiniz. Ancak başka kişi/kişiler ile aynı ortamı paylaşmak zorunda kaldığınız durumlarda mutlaka tıbbi (cerrahi) maske takınız.
- Evdeki kişilere bulaşma riskini önlemek için mümkünse farklı bir odada, mümkün değil ise iyi havalandırılan bir odada oturunuz, diğer kişilerden en az 1 metre uzakta olunuz ve tıbbi (cerrahi) maske takınız. Maskenin nemlenmesi halinde yenisi ile değiştiriniz.
- Size bakım verilirken, bakım veren kişi tıbbi maske takmalıdır.
- Ellerinizi sık sık su ve sabunla yıkayınız.
- Öksürme veya hapsirme sırasında bir mendille (tercihen kağıt mendille) ağızınızı kapatınız. Kullanılmış mendilleri ağız kapalı ve delik olmayan naylon poşet içerisine koyarak ağızınızı kapatınız, ikinci bir naylon poşet içerisinde çöpe atınız ve ellerinizi yıkayınız.
- Kişisel eşyalarınızı başkaları ile paylaşmayınız, ev halkı ile bardak, tabak, havlu gibi eşyaları ortak kullanmayınız; eğer kullanmanız gerekirse bu eşyaları su ve sabunla/deterjanla yıkayınız. Kullandığınız kıyafetleri en az 60°C'de normal deterjan ile yıkayınız.
- Evde varsa ayrı tuvalet ve banyo kullanınız. Ev içindeki hareketinizi sınırlandırınız; tuvalet, banyo gibi ortak kullanılan alanları iyi havalandırmanız gerekmektedir. Ortak kullanılan alanların sık olarak temizlenmesini sağlayınız.
- Odanızın temizliği sırasında eldiven ve tıbbi maske kullanılmalıdır. Solunum yolu sekresyonları veya vücut çıkartıları ile kontamine olması mümkün olan tüm yüzeylerin sulandırılmış çamaşır suyuyla (1:100 normal sulandırmada) (Sodyum hipoklorit Cas No: 7681-52-9) temizlenmesi gerekmekte ve belirgin şekilde kirlenme olduğunda (1:10 normal sulandırmada) kullanılmalıdır. [Çamaşır suyu hazırlama oranları (%10'luk): 1/10'luk çamaşır suyu hazırlanışı: 1 ölçü çamaşır suyu + 9 ölçü su (5000-6000 ppm klor açığa çıkarır). 1/100'lük çamaşır suyu hazırlanışı: 1 ölçü çamaşır suyu + 99 ölçü su (500-600 ppm klor açığa çıkarır.)]
- Evde yaşayan diğer kişiler kendi sağlık durumlarını takip etmeli ve herhangi bir belirti ortaya çıkması durumunda sağlık kurumuna başvurmalıdır.

Sağlıklı günler dileriz.