



COVID-19

Enfekte bir kişiyle temas – ne yapmalı?

Korona pandemisi dünya çapında endişe yaratıyor. Her ne kadar COVID-19 olarak adlandırılan SARS-CoV-2 koronavirüs enfeksiyonu çoğu vakada tıpkı öksürük, ateş, baş ve uzuvlarda ağrı veya burun akıntısının da olduğu bir soğuk algınlığına benzer şekilde hafif seyretse de koku veya tat alma duyusundaki bozukluklar da oldukça sık görülmektedir.

Ancak bazen herhangi bir hastalık belirtisi de görülmemektedir (“hastalığın asemptomatik seyretmesi”). Fakat, sürekli olarak hastalığın daha ağır seyrettiği vakalar da görülmektedir. Özellikle de daha önce ciddi bir hastalık geçirmiş olan, aşı yaptırmamış kişiler, bu konuda daha yüksek risk altındadır.

Bulaşmaları önlemek ve enfeksiyon zincirlerini kırmak için, kendi sorumluluğunuzda hareket etmeniz belirleyici bir katkı sağlar.

Ne zaman SARS-CoV-2 koronavirüs bulaşma riski vardır?

Şu hallerde enfekte bir kişiyle yakın temasta bulunmuşsanız, bulaşma riski vardır; özellikle

- enfekte kişinin semptomlarının başlamasından önceki 2 gün içerisinde,
- enfekte kişinin hastalık belirtileri gösterdiği tüm süre boyunca,
- ve enfekte kişiden pozitif test sonucu alınmadan önceki 2 gün içerisinde, enfekte kişi herhangi bir hastalık belirtisi göstermediyse.

Bir “yakın temas”, örneğin aralarındaki mesafe 10 dakikadan daha uzun bir süre boyunca 1,5 metreden az olduğunda ve ne enfekte kişinin ne de temasta bulunduğu kişilerin sürekli ve doğru bir şekilde tıbbi bir yüz maskesi veya FFP2 maske takmadığı durumdur. Buna ek olarak, her ikisi de maske takmamışsa, enfekte kişi ile temaslı kişi arasındaki bir konuşma, ne kadar sürerse sürsün her zaman “yakın temas” olarak kabul edilir.

COVID-19 hakkında daha fazla bilgi:

Eyalet hükümetinin koronavirüs yardım hattı
089 / 122 220

www.bayern.de: “Koronavirüs – bir bakışta”

www.stmgp.bayern.de/coronavirus, Eyalet Sağlık ve Bakım Bakanlığı'nın bilgilendirme sayfası

<https://s.bayern.de/kontaktperson>

Sağlık müdürlüğü benimle iletişime geçecek mi?

Yakın temaslı kişiler için genel karantina yükümlülüğü kaldırılmıştır. Bununla birlikte, yetkili bölge idare makamı bireysel durumlarda yine daha önce olduğu gibi karantina talimatları verebilir.

Enfekte bir kişiyle temas durumunda bulaşma riski olan herkes için artık aşağıdaki kural geçerlidir: Kişisel sorumluluk zorunludur!

Kendi sorumluluğunda davranmak! Davranış şekline ilişkin tavsiyeler

Bulaşma riskinin olduğu bir dönemde enfekte bir kişiyle temas eden bir kimse, 5 gün boyunca aşağıdaki hususlara dikkat etmelidir:

- ▶ *Diğer insanlarla teması sınırlandırmak*, özellikle de şiddetli COVID-19 geçirme riski olan riskli gruplarla. Mümkünse, evden çalışmak.
- ▶ *AHA+L formülü*: Mesafeyi koruma, hijyen kurallarına uyma, günlük hayatta maske takma (bir FFP2 maske, en yüksek güvenliği sunar) ve havalandırma.
- ▶ *Gönüllü günlük test yaptırma*: Enfekte bir kişiyle temastan sonra 5 gün boyunca.
- ▶ *Kendi kendini gözleme*: Koronaya özgü belirtilere dikkat edin.
- ▶ *Eğer hastalık belirtileri ortaya çıkarsa*: Derhal kendi kendine izolasyon uygulayın, tıbbi açıklama alın.

Savunmasız kişilerle çalışan personele yönelik tavsiyeler

Bir hastane, huzurevi veya yaşlı bakımevi ya da ayakta bakım hizmetlerinin sunulduğu kurum ve kuruluşlarda çalışan ve bu nedenle COVID-19 hastalığının ağır seyretme riskinin yüksek olduğu kişilerle çok sayıda teması olan kimselere, genel davranış kurallarına ek olarak, çalıştıkları her gün bir antijen testi veya nükleik asit testi yoluyla, enfekte kişi ile temastan sonra beşinci güne kadar ve bu gün dahil, işe başlamadan önce bir test yaptırmaları tavsiye edilir. Bu uygulama, temaslı kişilerin olası bir enfeksiyonu risk gruplarında başkalarına taşımasını önlemek içindir.

Sağlığınız için en iyi dileklerimizle!