



## COVID-19

# Uzman personel veya görevlendirilmiş üçüncü taraflarca uygulanan hızlı antijen test sonucunun pozitif olması durumunda izolasyon

**Bavyera Eyaleti Sağlık ve Bakım Bakanlığı'nın 12 Nisan 2022 tarih, Az. G51v-G8000-2022/44-242 sayılı tebliğini tamamlayıcı bilgiler**

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, izolasyon belirgin bir katkı sağlamaktadır.

### İzolasyon yükümlülüğü

SARS-CoV-2 virüsüne yönelik hızlı antijen testi sonucunun pozitif çıktığı kendilerine bildirilen tüm kişiler için şunlar geçerlidir: Devlet kararnamesi gereğince, izolasyona girmekle yükümlüsünüz. Hızlı testin sonucunu kontrol ettirmek üzere, bir nükleik asit testi (örneğin PCR testi) için hemen bir randevu alın.

İzolasyon yükümlülüğü ve bununla bağlantılı kurallar, emredici bölümünü bu bilgilendirme yazısıyla birlikte almış olduğunuz Bavyera Eyaleti Sağlık ve Bakım Bakanlığı'nın Enfeksiyondan Korunma Yasası'nın (IfSG) uygulanmasına yönelik genel kararnamesinde belirlenmiştir.

Nükleik asit testi negatif bir sonuç verdiğinde, izolasyon sona erer. Nükleik asit testinin sonucunun pozitif olması veya herhangi bir sonuç olmaması durumunda, en az 48 saatten beri herhangi bir hastalık belirtisi bulunmaması (semptomsuzluk) koşuluyla, nihai test olmaksızın 5 gün sonra izolasyon sonlandırılabilir. Beşinci günde, 48 saatten beri halen semptomsuzluk mevcut değilse, izolasyon öncelikle devam ettirilir. İzolasyon, en az 48 saatten beri semptomsuzluk mevcut olduğunda, ancak en geç virüsün belgelendirilmiş antijen veya PCR testinde ilk kez tespit edilmesinin üzerinden on gün geçtikten sonra sona erer.

### Davranış şekli ve hijyen hakkında bilinmesi gerekenler

#### ► İzolasyon nerede gerçekleştirilir?

İzolasyon, bir konut içerisinde veya bir binanın mekânsal olarak sınırlandırılabilen başka bir bölümünde gerçekleştirilmelidir; virüsten etkilenen kişilerin çoğu, bunun için kendi konutlarını seçmektedir. İzolasyon süresi boyunca bu yerleri terk etmemelisiniz. Fakat, ara sıra ve tek başınıza balkona, terasa ya da eğer doğrudan eve bitişikse ve ortaklaşa kullanılmıyorsa, kendi bahçenize çıkmınıza izin verilir.

#### ► PCR testi yaptırmaya giderken:

Bir nükleik asit testi, örneğin PCR testi, koronavirüs enfeksiyonunu tespit etmenin en güvenilir yoludur. Bu nedenle, hızlı antijen testinin sonucunu doğrulamak için yapılır. Nükleik asit testi yaptırmak için konutunuzdan ayrılabilirsiniz. Test yaptıracağınız yere mümkün olduğunca az temas ile ulaşmaya dikkat edin ve konutunuzun dışında geçirdiğiniz süre boyunca bir FFP2 maske takın.

#### ► Dışarıdan destek:

Sizin hanenizde yaşamayan aile üyelerinizden, arkadaşlarınızdan veya tanıdıklarınızdan alışveriş ve diğer önemli tedarikler konusunda destek isteyiniz. Ayrıca, eyalet çapında çok sayıda gönüllü yardım hizmeti mevcuttur. Bunların birçoğu iletişim seçenekleri ile birlikte internette çevrimiçi olarak listelenmiştir; bununla birlikte yerel idareler veya bulunduğunuz yerdeki sağlık müdürlüğü de arama konusunda size telefonla yardımcı olacaktır.

#### ► İzolasyon sırasında sağlık durumunuz kötüleşir veya başka bir tıbbi yardım gerekli olursa, lütfen aile hekiminizi, **116 117** numaralı telefonda Bavyera Eyaleti Sağlık Sigortasına Bağlı Çalışan Hekimler Birliği'nin nöbetçi servisini veya duruma göre acil servis hekimini bilgilendiriniz. Yaptığınız telefon aramasında, sizde COVID-19 şüphesi mevcut olduğu için, izolasyonda olduğunuzu mutlaka belirtiniz. Lütfen sağlık müdürlüğünü de bilgilendiriniz.

## İzolasyon sırasında nelere dikkat edilmelidir?

İzolasyon sırasında, kendinizi hasta hissetmeseniz bile, hane halkının diğer üyelerinden mümkün olduğunca uzak durmanız önemlidir.

**Bu, her şeyden önce şu anlama gelir:**

- ▶ **Mümkün olduğunca az bir araya gelmek:**  
Aynı evi paylaştığınız kişilerle temaslarınızı azaltınız ve en az 1,5 metre mesafe bırakınız. Karşılaşmalar mümkün olduğunca kısa olmalı ve herkes ağız-burun maskesi takmalıdır.
- ▶ Hane dışındaki kişilerle -örneğin postacılar, dağıtım hizmetleri, komşular, arkadaşlar veya tanıdıklarla- temastan da kaçınılmalıdır. Bunun için, teslimatların konut girişine bırakılmasını rica ediniz.
- ▶ Ayrı bir odada uyuyunuz ve gün boyunca da ayrı bir odada yalnız kalınız. Mutfak, banyo gibi ortak kullanılan mekânlara farklı zamanlarda girilmeli, öğünlerde birlikte yemek yenilmemelidir. Önemli: Tüm odaları iyice havalandırınız!
- ▶ **Çocuklar için izolasyon özel bir zorluktur; kurallar yaşa göre uyarlanmalıdır.** Sağlık müdürlüğü, çocuklar ve ebeveynlerin bu zamanı birlikte geçirebilmeleri için, izolasyonu en iyi nasıl düzenleyecekleri konusunda ailelere tavsiyede bulunur.
- ▶ **Kapsamlı temizlik:** Banyo, tuvalet veya mutfak ortak kullanılıyorsa, siz buraları kullandıktan sonra, temas yüzeyleri iyice temizlenmelidir. Bunun için evde kullanılan normal temizlik araç ve malzemeleri yeterlidir. Evde ikamet eden herkes için düzenli olarak değiştirilen ve yıkanan ayrı havlular bulundurulmalıdır. Örneğin sofrta takımı gibi ev eşyalarını ve giysileri diğer kişilerle ortaklaşa kullanmayınız.

## COVID-19 hakkında daha fazla bilgi:

**Eyalet hükümetinin koronavirus 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**



İzolasyon Genel Kararnamesi'ni tercümelemleri ve engelsiz açıklamalarıyla birlikte, web sitemizde bulabilirsiniz:

<https://www.stmgp.bayern.de/coronavirus/rechtsgrundlagen/#AV-Isolation>

## Ailenizin ve birlikte oturan diğer kişilerin bilmesi gerekenler nelerdir?

- ▶ **İzolasyon sırasında sizinle birlikte hanede yaşayan aile üyelerinin ve diğer kişilerin sağlık durumunun iyi olması ve daha önce herhangi bir hastalıklarının olmaması gerekmektedir.** Daha yaşlı insanlar ve kronik hastalıklar veya zayıflamış bağışıklık sistemi gibi risk faktörleri olan kişiler, bu süre zarfında hanede bulunmamalıdır.
- ▶ **Semptomlara dikkat ediniz, temasları azaltınız:**  
Pozitif sonuçlu bir hızlı test nedeniyle korona enfeksiyonu geçirdiğinden şüphelenilen bir kişiyle aynı hanede yaşayan herkes için şu geçerlidir: Kişisel sorumluluk zorunludur!  
Kendi temaslarınızı azaltmalı, hijyen kurallarına özenli bir şekilde uymalı, hastalık belirtilerine dikkat etmeli ve kendi kendinizi test etmelisiniz.

## Önemli hijyen kuralları

- ▶ **Dikkatli öksürme ve hapşırma**  
Diğer insanlarla aranızda mümkün olduğunca fazla mesafe bırakınız, sırtınızı dönünüz; dirseğinizin içine veya kullandıktan sonra ağız kapatılabilen bir çöp torbasına atılabilen tek kullanımlık bir mendile hapşırınız veya öksürünüz.
- ▶ **El hijyeni**  
Diğer insanlarla tokalaşmaktan ve el ele tutuşmaktan kaçınınız. Ellerinizi düzenli olarak ve en az 20 ila 30 saniye boyunca sabun ve suyla iyice yıkayınız; özellikle:
  - Sümükdükten, hapşırdıktan veya öksürdükten sonra,
  - Yemekleri hazırlamadan önce,
  - Yemek yemeden önce,
  - Tuvalete gittikten sonra,
  - Özellikle, ellerin gözle görülür şekilde kirli olduğu her zaman,
  - Ve diğer insanlarla her temastan önce ve sonra,
  - Özellikle, hasta bir kişiyle veya o kişinin doğrudan yakın çevresiyle her temastan sonra.

Gözle görülmeyen kirlenmelerde, cilde zarar vermeyen alkol bazlı el dezenfektanları kullanabilirsiniz. Bu sırada, dezenfektan etiketinin "sınırlı virüsit", "sınırlı virüsit PLUS" veya "virüsit" şeklinde olmasına dikkat edin.

**Sağlığınız için en iyi dileklerimizle!**

Bilgilendirme yayım tarihi:  
12 Nisan 2022